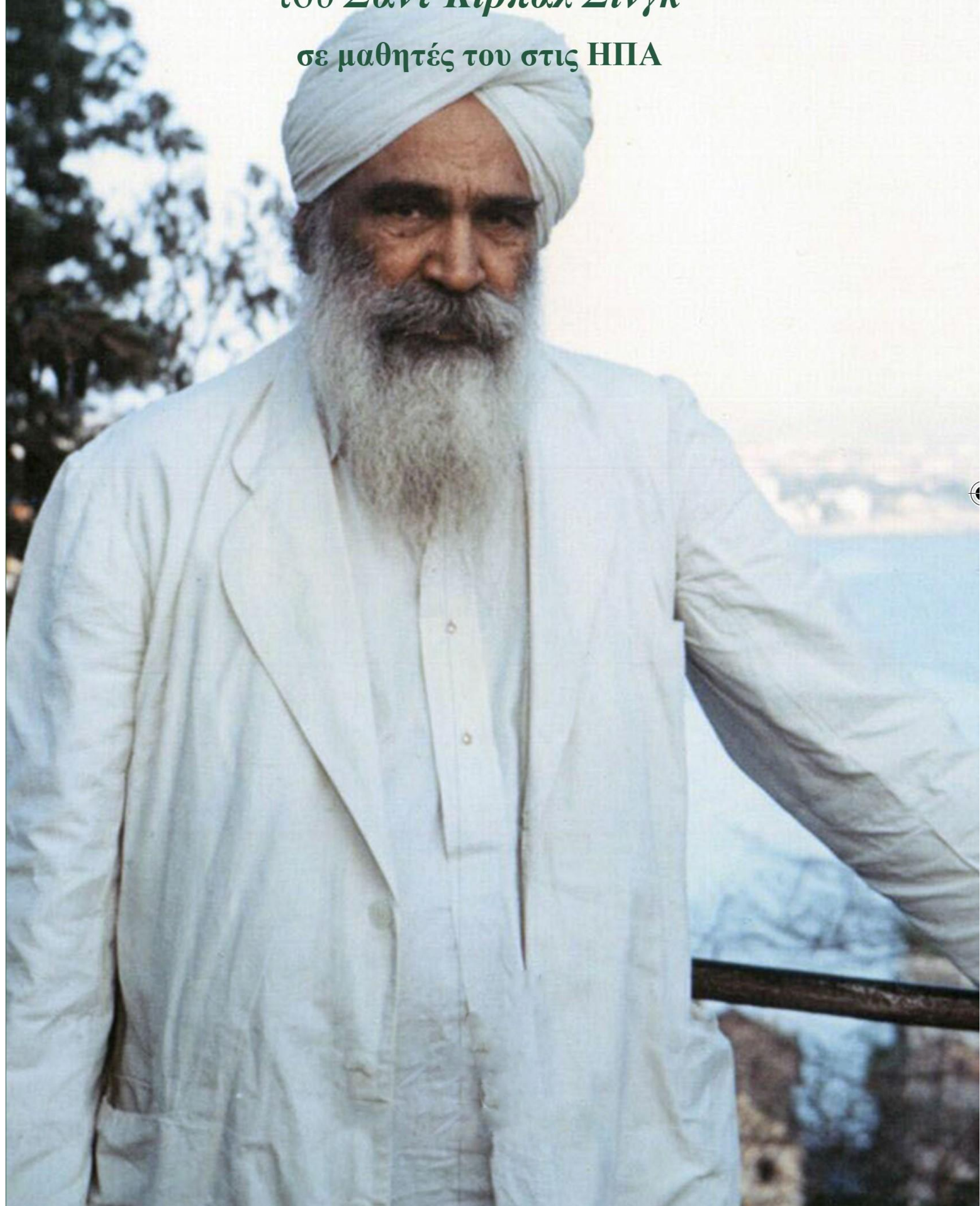
ΑΠΟΣΠΑΣΜΑΤΑ ΕΠΙΣΤΟΛΩΝ

του ***Σαντ Κιρπάλ Σινγκ***

σε μαθητές του στις ΗΠΑ



ΑΠΟΣΠΑΣΜΑΤΑ ΕΠΙΣΤΟΛΩΝ

του Σαντ Κιρπάλ Σινγκ

σε μαθητές του στις ΗΠΑ



Αθήνα 2016

Ελεύθερη μετάφραση και απόδοση:

45 175 Naperville Rd., Naperville. IL 60563
and 2 Canal Road, Vijay Nagar, Delhi 110009, India

Υπεύθυνος για την Ελλάδα :
Dr. Γαβριήλ Σιμονέτος
Email : gaby.simonetos@gmail.com
Κολοκοτρώνη 28 - Φιλοθέη - Τ.Κ. 152 37
Tel.: 6932233989

Επιστήμη της Πνευματικότητας
Email Γραμματεία : sos.satsang@gmail.com
Χαλκηδόνος 3, 11527 Athens – Greece

Science of Spirituality : **https://www.sos.org/el/**



ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
http://www.sos.org/el

ΑΠΟΣΠΑΣΜΑΤΑ ΕΠΙΣΤΟΛΩΝ

του Σαντ Κιρπάλ Σινγκ

σε μαθητές του στις ΗΠΑ



https://www.sos.org/el

ΑΠΟΣΠΑΣΜΑΤΑ ΕΠΙΣΤΟΛΩΝ

του Σαντ Κιρπάλ Σινγκ

Τα πολύτιμα δώρα της μύησης πρέπει να καλλιεργούνται καθημερινά, με τακτικό διαλογισμό που πρέπει να γίνεται με αφοσίωση, πίστη και ακρίβεια.

Το Σάτσανγκ είναι σπουδαίος βοηθητικός παράγοντας στο να αφομοιώσουμε τα διδάγματα με σωστή κατανόηση και να αναπτύξουμε Εσωτερική αφοσίωση. Επιπλέον, στο Σάτσανγκ μπορείς να απολαύσεις την καθηλωτική μακαριότητα της φορτισμένης ατμόσφαιρας. Στο χώρο του ακτινοβολείται μια ζωοδότρια ώθηση, γεμάτη από την Αγάπη της φιλεύσπλαχνης Διδασκάλου Δύναμης, για το πνευματικό όφελος των αγαπημένων του μαθητών.

Σε παρακαλώ, να είσαι αφοσιωμένος στους διαλογισμούς σου με πολλή Αγάπη και τακτικότητα, με βαθύτατη πίστη και ιερό ζήλο. Η Διδάσκαλος Δύναμη που συνεχώς εργάζεται άνωθεν, θα σου παρέχει κάθε δυνατή βοήθεια, Χάρη και προστασία.

Χαίρομαι που παρευρίσκεσαι σε όλες τις συναντήσεις του Σάτσανγκ. Αυτές οι συγκεντρώσεις παρέχουν ένα προστατευτικό περιβάλλον για τους ιερούς διαλογισμούς και βοηθούν τη γρήγορη πρόοδο στο Πνευματικό Μονοπάτι.

Παρατηρώ από τα πνευματικά ημερολόγια πως δεν αφιερώνεις αρκετό χρόνο στο διαλογισμό σου. Σε παρακαλώ, προσπάθησε να αυξήσεις το χρόνο του διαλογισμού, ώστε να φτάσεις στο στόχο των δυο ωρών ημερησίως, για να εξασφαλίσεις ταχεία πρόοδο. Σε παρακαλώ, μη γίνεσαι ανυπόμονος

και μην αποθαρρύνεσαι τόσο γρήγορα. Κάθισε σε διαλογισμό για μεγαλύτερα χρονικά διαστήματα, για να επιτύχεις καλύτερα αποτελέσματα.

Μόνο όταν έχεις προχωρήσει αρκετά στο Πνευματικό Μονοπάτι και φτάνεις πρόσωπο με πρόσωπο με την Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου, μπορείς να του μιλήσεις για όλες τις υποθέσεις σου και να λάβεις απευθείας την ανώτατη καθοδήγησή του.

***

Οι σύντομοι διαλογισμοί μπορούν να επιμηκυνθούν στο επιθυμητό χρονικά στόχο, μόνο με σοβαρές και σταθερές προσπάθειες. Για να αποφευχθεί ο ύπνος στη διάρκεια του διαλογισμού, πρέπει να αφιερώνεις χρόνο όταν είσαι αρκετά φρέσκος, ζωηρός και τελείως ξύπνιος, μετά από κανονικό ύπνο και ξεκούραση. Επιπλέον, πρέπει να διατηρείς την Εσωτερική σου όραση σταθερή στο κέντρο του Εσωτερικού Θείου Φωτός και να συνεχίζεις να επαναλαμβάνεις τα φορτισμένα Ονόματα νοητικά, πολύ-πολύ αργά, ίσως και με κάποιες παύσεις, ώστε η Εσωτερική όραση να μην αποσπάται. Θα διαπιστώσεις πως όταν χαλαρώνει το Εσωτερικό βλέμμα, τότε σε κατακλύζουν οι εξωτερικές τυχαίες σκέψεις ή σε παίρνει ο ύπνος. Αυτό μπορεί να ξεπεραστεί με εγρήγορση και επαγρύπνηση.

Η επίμονη άσκηση έχει διαπλάσει ειδήμονες σε πολύ δύσκολους τομείς. Χρειάζεται απλούστατα να αφιερώνεις κάποιες συγκεκριμένες ώρες για άσκηση στο διαλογισμό, όταν θα είσαι ολομόναχος, φρέσκος, κεφάτος και ξεκούραστος, ώστε να είσαι αφοσιωμένος με Αγάπη στον ιερό διαλογισμό σου, που είναι πολύ απλός, εύκολος και ενδιαφέρον. Όλα τα άλλα θα έρθουν από μόνα τους, με τη Χάρη του Διδασκάλου.

***

Πράγματι είναι σπάνιο προνόμιο το να γίνει μια ψυχή δεκτή και να μυηθεί στα Μυστήρια του Υπερπέραν, ώστε να ταξιδέψει πίσω στον Οίκο του Αληθινού Πατέρα στην διάρ-

κεια της παρούσας γήινης ζωής του υπό την προστατευτική καθοδήγηση του Ζωντανού Διδασκάλου.

***

Το πολύτιμο δώρο της μύησης από τον φιλεύσπλαχνο Διδάσκαλο θα πρέπει να αναπτυχθεί από μέρα σε μέρα, με καθημερινό διαλογισμό γεμάτο πίστη, Αγάπη και ακρίβεια.

Το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα είναι η Αστρική μορφή του Διδασκάλου και γι' αυτό, πρέπει να το ακούς με πλήρη συγκέντρωση.

***

Η φειδώ στα λόγια συμβάλλει στην επιτυχία του διαλογισμού. Όλες οι αισθήσεις μάς παραχωρήθηκαν για να κάνουμε ορθολογική χρήση. Όταν υπερβαίνεται το μέτρο, το αποτέλεσμα είναι υποδούλωση και δυστυχία. Οι πνευματικοί αναζητητές χρειάζεται να ασκούν αυστηρότατη πειθαρχία και να ελέγχουν τις λειτουργίες της ομιλίας, της ακοής και της όρασης, οι οποίες αχαλίνωτες σπαταλούν πνευματική ενέργεια.

***

Σου συνιστώ να ξαναρχίσεις με ανανεωμένο ζήλο και υπομονή. Οι ιεροί διαλογισμοί δεν πρέπει να παραλείπονται, γιατί στη διάρκεια αυτών των πολύτιμων στιγμών σιωπής και γαλήνης είναι που βρίσκεσαι κοντά στην Πηγή της Θείας σοφίας και νοημοσύνης. Οι Εσωτερικές συμπαντικές αποκαλύψεις θα έχουν καταπραϋντική επίδραση στον ταραγμένο νου σου. Γνώριζε με πάσα βεβαιότητα πως οι πάντες είναι υπόλογοι για οτιδήποτε κάνουν, πράττουν και σκέπτονται. Κάθε απόλαυση έχει ένα τίμημα. Αυτός είναι ο Θείος Νόμος. Η Θεία μέριμνα θα απαιτήσει το αντίτιμο, ώστε να αποπληρωθούν όλα στον πρέποντα χρόνο.

Επιτυχές Σιμράν σημαίνει επανάληψη των φορτισμένων ονομάτων νοητικά, με τη γλώσσα της σκέψης, κάτι που φαινομενικά μοιάζει απλό, αλλά χρειάζεται κάποια προσπάθεια και υπομονή. Το νοητικό Σιμράν θα μπορούσε να ξεκινήσει και

με ηχητικό Σιμράν *(με φωνή),* εφόσον ο νους είναι υπερβολικά ταραγμένος, σταθεροποιώντας παράλληλα το Εσωτερικό βλέμμα στο κέντρο του φωτός ή του σκοταδιού με ασκητική υπομονή, Αγάπη και ταπεινότητα, ακριβώς όπως ένα μωράκι κοιτάζει τη λατρευτή του μητέρα. Να είσαι σίγουρος για το γεγονός πως ο φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος σε περιμένει Εσωτερικά, πίσω από αυτό το σκοτεινό πέπλο. Αυτή η στάση θα σου δώσει πλήρη σταθερότητα και προσήλωση Εσωτερικά. Το πρόβλημα με το νου σου που ολισθαίνει μπορείς να το υπερβείς με συνεχή επαγρύπνηση και προσεχτική εποπτεία. Ο νους απεχθάνεται την Εσωτερική ακινησία, αλλά θα πρέπει να υποταχθεί μέσω αυτής της διαδικασίας. Η άσκηση οδηγεί στην τελειότητα. Η συγκέντρωση αποκτάται με το να συγκεντρωνόμαστε, να συγκεντρωνόμαστε και να συγκεντρωνόμαστε τακτικά.

Ναι, πρέπει να δώσεις όλη σου την προσοχή στο διαλογισμό, τόσο πολύ που να γίνεις ένα με το βλέμμα σου. Δεν πρέπει όμως να γίνεται προσπάθεια από εσένα. Άφησε τα πάντα στα χέρια του Διδασκάλου. Όλες οι επιθυμίες πρέπει να πάψουν, ακόμα και η επιθυμία για την υπέρβαση.

****

Η δυσκολία στη συγκέντρωση θα ξεπεραστεί με το χρόνο, με τακτικό, ακριβή και γεμάτο πίστη διαλογισμό. Για να γίνει κανείς ειδήμονας σε κάτι, οπωσδήποτε χρειάζεται προσπάθεια με επιμονή και υπομονή. Ο χρόνος ακρόασης του Ηχητικού Ρεύματος πρέπει σταδιακά να αυξηθεί και αυτό θα σου χαρίσει άφατη ευδαιμονία και αρμονία. Προσευχή είναι η αγωνιώδης κραυγή της ψυχής, όμως η αυτολύπηση μερικές φορές στέκει ως εμπόδιο στην επιτυχία της. Όταν προσεύχεσαι να προσεύχεσαι ειλικρινά, με ζήλο κι όταν διαλογίζεσαι, να διαλογίζεσαι με ακρίβεια, δίχως πίεση από την πλευρά σου, προκειμένου να έχεις κάποια εμπειρία από το ένα ή το άλλο πράγ-

μα. Εκείνος βλέπει. Γνωρίζει την Εσωτερική σου κατάσταση και επιβραβεύει τις προσπάθειές σου, με οποιοδήποτε τρόπο κρίνεται ως πιο κατάλληλος. Σε παρακαλώ, θυμήσου πως όλες σου οι προσπάθειες καταγράφονται πίσω από το πέπλο.

***

Οι ειλικρινείς αναζητητές ουδέποτε εγκαταλείπουν την συνεχή μάχη με το νου και πάντα προσπαθούν και αγωνίζονται σκληρά, για να τηρούν τις οδηγίες που τους έχουν δοθεί. Ο αληθινός αναζητητής ποτέ δεν εγκαταλείπει τις προσπάθειές του και δεν ενδίδει στις επιταγές του νου του. Θα διαπιστώσεις πως το φιλεύσπλαχνο Χέρι της προστασίας του Διδασκάλου βρίσκεται πάντοτε μαζί σου.

***

Αν υπάρχει κάποια ενόχληση στο σώμα από την σπονδυλική σου στήλη και δεν μπορείς να παραμείνεις καθιστός για πολλή ώρα στο διαλογισμό σου, πρέπει να μένεις καθιστός για όση ώρα μπορείς και μετά να συνεχίζεις ξαπλωμένος στο κρεβάτι, τελείως χαλαρός, αλλά παραμένοντας Εσωτερικά σε εγρήγορση και τελείως συνειδητός.

Η δυσκολία να εστιάσουμε το Εσωτερικό βλέμμα θα ξεπεραστεί, με το να αναπτύσσουμε την Εσωτερική, γεμάτη Αγάπη αφοσίωση στη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη αλλά και με υπομονετική εξάσκηση. Η εξάσκηση κάνει τον άνθρωπο τέλειο.

Το κλειδί της επιτυχίας είναι: Αγάπη και αφοσίωση. Όσο μεγαλύτερα είναι αυτά, τόσο μεγαλύτερη θα είναι και η πρόοδός σας.

Η Θεία οδός πίσω στον Κύριο στη διάρκεια της γήινης ζωής, δηλαδή το Μονοπάτι που διανύεις, δε μοιάζει με καμιά επιστήμη από αυτές που έχει επινοήσει ο άνθρωπος. Είναι μια συγκεκριμένη, αναλλοίωτη, πρακτική επιστήμη της Φύσης. Οι Εσωτερικές εμπειρίες και η ταχύτητα της προόδου διαφέ-

ρουν, ανάλογα με το υπόβαθρο του ατόμου και την αφοσίωσή του. Έτσι, ο αναζητητής πρέπει να συνεχίσει υπομονετικά και η Διδάσκαλος Δύναμη πάντοτε θα εκτείνει τη δυνατή βοήθεια.

***

Οι σκέψεις είναι η ρίζα του κάρμα. Οι καλές σκέψεις που συνοδεύονται από καλά λόγια και πράξεις κάνουν ηθική τη ζωή και εκεί ο ιερός σπόρος της μύησης ευδοκιμεί περισσότερο. Αυ^πειθαρχία σημαίνει αυτοσυγκράτηση και αυτοέλεγχος. Οι αισθήσεις πρέπει να τεθούν υπό αυστηρό έλεγχο και αυτό θα διευκολύνει την πνευματική πρόοδο. Η πνευματικότητα είναι υπόθεση περισσότερο της καρδιάς παρά του μυαλού. Σε παρακαλώ, ανέτρεξε στο κεφάλαιο «Σωστός τρόπος διαβίωσης» από το βιβλίο «Ο Τροχός της Ζωής» που θα σου δώσει την πλήρη αποσαφήνιση του θέματος.

Πρέπει να γνωρίζεις πως ο δρόμος προς την τελειότητα διανύεται με πολύ αργό ρυθμό. Όμως κάθε βήμα που γίνεται υπό την προστατευτική καθοδήγηση του Διδασκάλου είναι ένα βήμα προς τη σωστή κατεύθυνση, που συντομεύει το μακρύ και δυσχερές ταξίδι προς τα εμπρός.

***

"Μαθητές" είναι οι λιγοστοί επιλεγμένοι που τους έχει δοθεί να γίνουν αποδεκτοί στις περιοχές της απόλυτης μακαριότητας και της αρμονίας. Η ιερή μύηση είναι η κορύφωση του Θείου ελέους και είναι καθαρά αποτέλεσμα Χάρης από τη Θεία Πρόνοια.

Η τήρηση του ημερολογίου αυτοενδοσκόπησης είναι εξαιρετικά βοηθητική για την πνευματική πρόοδο Εσωτερικά. Είναι μια αργή αλλά σίγουρη διαδικασία για σταδιακή πρόοδο. Συμπληρώνοντάς το καθημερινά, ο μαθητής γίνεται τακτικός και επιπλέον, λαμβάνει καθοδήγηση οπουδήποτε χρειάζεται.

Οι ατέλειες της ανθρώπινης συμπεριφοράς είναι αποτέ-

λεσμα της αντίδρασης του παρελθόντος κάρμα, αλλά πολλά μπορούν να επιτευχθούν με ακλόνητη θέληση και αποφασιστικότητα.

Η διευθέτηση του κάρμα των μαθητών ρυθμίζεται από έναν ανώτερο Θεϊκό νόμο που λειτουργεί πέρα από το εύρος της ανθρώπινης αντίληψης. Ωστόσο, για την ορθή κατανόησή του, έχε υπόψη πως η παρούσα γήινη ζωή βασίζεται κυρίως σε αντιδράσεις του κάρμα του παρελθόντος. Αυτό είναι που καθορίζει τη διάρκεια της ανθρώπινης ζωής, τον πόνο ή την ευχαρίστηση, την ευμάρεια ή τη φτώχεια, τη δόξα ή την αφάνεια. Όσοι έχουν το προνόμιο να φτάσουν στα ιερά πόδια του Ζωντανού Διδασκάλου και να μυηθούν στα Μυστήρια του Υπερπέραν, ο καρμικός λογαριασμός τους μεταφέρεται από την Αρνητική στη Θετική δύναμη. Η Θετική δύναμη εκπροσωπείται από τον ζωντανό Διδάσκαλο και για την τελική διάλυση του κάρμα, η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη φροντίζει την εκκαθάρισή του με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Πάνω σε αυτό το μοτίβο είναι που κάποιοι από τους αγαπητούς μαθητές, μετά τη μύηση, συμβαίνει να περνούν διάφορες αντιξοότητες στη γήινη ζωή και χρειάζεται μεγάλη αντοχή και καρτερικότητα για να τις υπομείνουν. Όμως, όλα αυτά τα δεινά έχουν αρωματιστεί από τη Διδάσκαλο Δύναμη με Θεία επιείκεια, καθ’ όλη τη διάρκειά τους.

****

Το πεπρωμένο κάρμα, στο οποίο βασίζεται η παρούσα ζωή, αφήνεται ανέγγιχτο. Το μελλοντικό κάρμα ελέγχεται με το να γίνουμε συνειδητοί συνεργάτες του Θείου σχεδίου, υπό την καθοδήγηση του αρμόδιου Διδασκάλου. Το Ηχητικό Ζωοποιό Ρεύμα καίει το κάρμα που βρίσκεται υπό μορφή σπόρου και αυτό δεν καρποφορεί, ακριβώς όπως οι σπόροι που έχουν καβουρντιστεί γίνονται ανήμποροι να φυτρώσουν. Με τη μύηση, ο Διδάσκαλος τραβά μια μεγάλη γραμμή για τις πράξεις και τους μελλοντικούς σπόρους της παρούσας ζωής. Οι μελ-

λοντικοί σπόροι πρέπει να είναι ηθικής και ήρεμης φύσης.

***

Ο νους, όπως γνωρίζεις, εργάζεται με λεπτοφυείς και πολύ ανεπαίσθητες μεθόδους για να τις ανιχνεύσει ο μέσος άνθρωπος και να τις αξιολογήσει σωστά και έγκαιρα, ώστε να μην υποπέσει σε παράπτωμα. Από το ξεχείλισμα της καρδιάς προέρχονται όλες οι δράσεις, προφορικές ή έμπρακτες. Πρέπει, λοιπόν, να είμαστε νοητικά σε εγρήγορση ως προς τις σκεπτομορφές που δημιουργούμε, ώστε να καταφέρουμε με τον καιρό να εντοπίζουμε τον τρόπο δημιουργίας τους, τα πάνω και τα κάτω, την ύφεση και την εκροή τους. Μετά, να τις προσπερνάμε με την διαδικασία της συγκέντρωσης, ξεχνώντας τις σκέψεις οι οποίες σαν ιστός αράχνης τυλίγουν την ψυχή.

Ελπίζω πως είσαι πλέον σε θέση να καταλάβεις κάτι για τις αιτίες που βρίσκονται πίσω από τα λάθη και τις παραλείψεις. Η μνήμη των εμπειριών μας, του μακρινού παρελθόντος και του ζωντανού παρόντος, διαρκώς και ακαταμάχητα μας ακολουθεί κατά πόδας· και μιας και δεν έχουμε μάθει ακόμα να αποστασιοποιούμαστε και να μένουμε πάνω από όλα αυτά, για αυτό το λόγο, τα λάθη μάς διαφεύγουν. Η διαδικασία της απαρίθμησης είναι μόνο το πρώτο βήμα του να καταστούμε συνειδητοί των λειτουργιών και πράξεών μας, τις οποίες τώρα είναι πιθανό να παραβλέπουμε λόγω της εγωιστικής αυτοδικαίωσής μας.

***

Μιας και καταφέρουμε να υπερβούμε την σωματική μας συνειδητότητα, φτάνουμε σε μια επίγνωση ανώτερης βαθμίδας, που βρίσκεται πέρα από τις δυνατότητες οποιασδήποτε φιλοσοφίας ή θεωρίας της ψυχολογίας. Τότε οδεύει κανείς προς την Αναίτια Αιτία, τη Μητέρα όλων των Αιτιών, που όταν αποκαλυφθεί, όλα τα άλλα γίνονται γνωστά από μόνα τους σαν ένα ανοικτό βιβλίο. Αυτό, λοιπόν, είναι το Άλφα και το Ωμέγα της Θρησκείας της ψυχής, που ξεκινά εκεί που τερ-

ματίζουν όλες οι θρησκείες, οι φιλοσοφίες και οι συζητήσεις. Στο σημείο αυτό, όλες οι σκέψεις, οι σχεδιασμοί, οι υποθέσεις και οι φαντασίες πέφτουν σαν φθινοπωρινά φύλλα.

Οι επιθυμίες είναι η ρίζα κάθε ταραχής και δυστυχίας. Θα φτάσεις σε κατάσταση ύπαρξης δίχως επιθυμίες, μετά την πάροδο κάποιου διαστήματος συστηματικής ακρόασης του Ιερού Ηχητικού Ρεύματος. Αυτή είναι η δοκιμασμένη και σίγουρη μέθοδος. Η συγχώνευση της ψυχής στον Ιερό Λόγο δίνει τόσο ανυπέρβλητη μακαριότητα και αρμονία, που οι ρίζες των επιθυμιών διαλύονται για πάντα. Ο αυτοέλεγχος και η αυτοπειθαρχία είναι που μετρούν περισσότερο, ώστε να έχουμε ένα σταθερό πρόγραμμα στους ιερούς διαλογισμούς μας.

Συμπάθειες και αντιπάθειες είναι χαρακτηριστικά του ανθρώπινου νου. Για την ακρίβεια, είναι απλώς η στάση του νου σου, όταν σου αρέσει κάτι ή απεχθάνεσαι κάτι άλλο. Η αίσθηση αταραξίας ή ισορροπίας του πνεύματος, που εδραιώνεται μέσω της Εσωτερικής επαφής με το Ιερό Νάαμ, θα δημιουργήσει μια αδιαφορία για όλα αυτά τα ζητήματα.

Το Σιμράν είναι η βάση όλης της πνευματικής εξέλιξης. Ας τονιστεί, σε παρακαλώ, πως η συνεχής σκέψη εγκόσμιων επιθυμιών και επιδιώξεων υπήρξε η αιτία της παρούσας ανθρώπινης γέννησης. Για την επίτευξη της απελευθέρωσης από τον κύκλο των γεννήσεων και των θανάτων χρειάζεται να αλλαχθεί αυτός ο τρόπος σκέψης, αντικαθιστώντας τις εγκόσμιες σκέψεις με θείες.

Σε παρακαλώ, να συνειδητοποιήσεις πως το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου μας βρισκόμαστε συνήθως στο κέντρο της καρδιάς και συνεπώς, μας παρασύρουν αναρίθμητα συναισθήματα, αισθήματα και παρορμήσεις διαφόρων ειδών: όπως οι προτιμήσεις, το τι μας αρέσει και τι όχι, συμπάθειες και απέχθειες, περηφάνια και προκαταλήψεις, αισθήσεις και ευαισθησίες. Όλα αυτά, είτε το θέλουμε είτε όχι, μας κρατούν αλυσοδεμένους στον κόσμο και σε όλα τα εγκόσμια. Πρέπει, συνεπώς, να είμαστε εξαιρετικά προσεκτικοί στην εκπαίδευση του νου προς την αντίστροφη οδό, στη διαδικασία της εσω-

στροφής ή στο να κρούουμε Εσωτερικά, αναπτύσσοντας σταθερά το Εσωτερικό βλέμμα, με μία γεμάτη Αγάπη προσμονή του Κυρίου. Εκείνος βρίσκεται μέσα μας και εμείς μέσα Του, όπως το ψάρι της παροιμίας που βρίσκεται μέσα στην θάλασσα. Το φαινομενικό σύννεφο σκότους που αντιλαμβανόμαστε όταν κλείνουμε τα μάτια, σιγά-σιγά θα περιοριστεί από ένα φωτεινό περίγραμμα (λόγω του ήλιου της πνευματικότητας που βρίσκεται πίσω του) και τελικά, το σκοτάδι θα δώσει τη θέση του στο φως, αρκεί μόνο να μάθουμε να κοιτάμε διαπεραστικά και με Αγάπη στο κέντρο του.

***

Όλες οι πράξεις έχουν αντίστοιχες αντιδράσεις. Κάθε μεμονωμένη δράση έχει τη συγκεκριμένη ακριβή αντίδραση. Συλλογικά, οι άνθρωποι καλούνται να πράττουν ηθικά και αυτό δημιουργεί μια καλή συλλογική αντίδραση. Το αντίστροφο δημιουργεί κακή συλλογική αντίδραση. Η φύση έχει το δικό της τρόπο να αποκαθιστά, να εκπληρώνει και να ανταποδίδει τις αντιδράσεις των επιμέρους καλών ή κακών ενεργειών. Παρόμοια, και οι συλλογικές (καρμικές προς τρίτους) αντιδράσεις πρέπει, επίσης, να διευθετηθούν. Κάποιος ίσως να μην είναι σε θέση να κατανοήσει πλήρως το βάθος αυτών των πραγμάτων, καθώς η αντίληψη και η κατανόησή του είναι πολύ περιορισμένη για να φτάσει σε αυτά τα βάθη. Με το διαλογισμό, η Εσωτερική άνοδος στις σφαίρες των ανώτερων αντιδράσεων μάς ανοίγει μια οπτική ικανότητα για να δούμε τα πράγματα ξεκάθαρα, όπως είναι και όπως συμβαίνουν. Πρέπει, λοιπόν, να προσπαθούμε πραγματικά, ειλικρινά, επιμελώς και με πίστη, ώστε να προχωρήσουμε Εσωτερικά. Όσοι έχουν ζήλο και είναι αφοσιωμένοι, οι προσπάθειές τους θα στεφθούν με επιτυχία. Πολλά πράγματα αποσαφηνίζονται, που αλλιώς, με όλη τη λογική και την ευφυΐα που διαθέτουμε, θα ήταν για μας στην καλύτερη περίπτωση ασαφή και ομιχλώδη. Αλλά για αυτούς που είναι σταθεροί, ακριβείς και αφοσιωμένοι στο διαλογισμό, η Εσωτερική τους ανάπτυξη θα τους

φέρει πρόσωπο με πρόσωπο με την Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου Εσωτερικά. Μέσα από αυτή τη μορφή θα τους αποκαλυφθεί η Δύναμη του Θεού και θα τους μιλάει, όπως μιλάμε και εξωτερικά και θα τους καθοδηγεί σε όλα τους τα ζητήματα. Όταν έρθει η ώρα να εγκαταλείψουν το υλικό σώμα, Εκείνος θα τους αποκαλύψει ότι πρέπει να φύγουν. Δεν υπάρχει τίποτα περίεργο σε αυτό. Είναι μια πραγματικότητα που συμβαίνει καθημερινά.

***

Δε θα πρέπει να είναι δύσκολο να τηρήσεις την αρχή της μη βίας στη στρατιωτική σου θητεία. Οι στρατιώτες που υπηρετούν δεν ευθύνονται όταν υπακούουν στις διαταγές που τους δίνονται σε εμπόλεμη κατάσταση, καθώς εκείνοι απλώς εκτελούν τις εντολές των ανωτέρων τους, συμμετέχοντας στις στρατιωτικές επιχειρήσεις. Η καταβολή φόρων για στρατιωτικούς σκοπούς είναι εξίσου νόμιμη υποχρέωση εκ μέρους των νομοταγών πολιτών, όταν τους καλούν οι πολιτικές αρχές να το κάνουν και που ευθύνονται για την ασφάλεια και τη γενικότερη ευημερία του κόσμου. Σε παρακαλώ, έχε υπόψη πως συνήθως κανένα επάγγελμα δε στέκεται εμπόδιο στη πνευματική εξέλιξη, εκτός από μια επιτηδευμένη ηθική που γίνεται αιτία δέσμευσης κι έτσι δημιουργείται κάρμα. Μη βία σημαίνει να θυσιάζουμε ακόμα και τον εαυτό μας, εάν χρειάζεται, για το καλό των άλλων και να μην αφαιρούμε ζωές χάριν της απληστίας μας. Είναι μια αρετή που εξευγενίζει και σημαίνει να μη βλάπτουμε οτιδήποτε ζει με τη σκέψη μας, το λόγο ή την πράξη. Θα βρεις εκτενέστερη εξήγηση του θέματος στο υπό έκδοση βιβλίο με τίτλο «Κάρμα» που θα διαφωτίσει την προσωπική σου κατανόηση.

Ναι, είναι λάθος ένας μαθητής να ταΐζει ζώα με κρέας. Δημιουργείται κάποιο κάρμα.

Ο ανθρώπινος νους έχει πλαστεί έτσι από την Πρόνοια,

που όταν αποφασίσει να ακολουθήσει την προκαθορισμένη του πορεία, όλες οι θείες δυνάμεις συνδράμουν, για να σας προσφέρουν τη δυνατή βοήθεια για την επίτευξη του σκοπού σας. Αντιθέτως, εάν κάποιος τείνει να ενδίδει στον πειρασμό, οι ίδιες δυνάμεις αναλαμβάνουν αντίστροφη δράση, με αναπόφευκτες επιπτώσεις ντροπής και τύψεων.

***

Ένας εύκολος τρόπος για να απαλλαχθείς από την αρνητικότητα είναι να αποφεύγεις τη συντροφιά τέτοιων ανθρώπων. Αυτό που είναι ένας άνθρωπος μέσα του, το ακτινοβολεί με κύματα, ανεξάρτητα από το τι προσπαθούν να μεταδώσουν τα λόγια του. Η συντροφιά καλών ανθρώπων είναι βοηθητική. Αδυνατώντας να έχουμε συμπαθή και ταιριαστή συντροφιά, μπορεί κάποιος να περιοριστεί στα απολύτως απαραίτητα και αυτό όσο το δυνατόν σε κατάσταση μη δεκτικότητας. Καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας και για τις ώρες που κάποιος δεν εργάζεται (καθώς η εργασία είναι προσκύνημα και είναι κάτι που θα πρέπει να γίνεται με απόλυτη προσοχή), ο κενός νους πρέπει να αποκτήσει τη συνήθεια να παραμένει με γλυκύτητα στην ανάμνηση του Διδασκάλου ή να ακούει το Ηχητικό Ρεύμα, εάν αυτό μπορεί να ακουστεί όλες τις ώρες, δίχως να κλείνει κανείς τα αυτιά του (όπως στο "dyan"). Με αυτό τον τρόπο πολλές από τις μη υγιείς δονήσεις θα αποφεύγονταν. Με λίγη αυτοπειθαρχία, τα πράγματα θα μπορούσαν να γίνουν ευκολότερα. Θα λαμβάνεις από μέσα όλη την απαραίτητη Εσωτερική βοήθεια και προστασία.

***

Η υπερβολική ομιλία σκορπίζει την πνευματική ενέργεια. Προσπάθησε να ελέγξεις τα λόγια σου, καταφεύγοντας σιωπηλά στο Σιμράν των Ονομάτων. Σκέψου διπλά πριν μιλήσεις.

Αναλογίσου εάν αυτό που λες είναι αληθινό, καλό και απαραίτητο.

(Αναφορικά με το να κρίνουμε άλλους)

Άρχισε να προσαρμόζεσαι στις αδυναμίες και τις ελλείψεις τους, είτε παραβλέποντας ή προσφέροντας εποικοδομητική βοήθεια σε εκείνους. Εάν το σκεφτείς με ψύχραιμο και καθαρό μυαλό, θα διαπιστώσεις ότι οι περισσότεροι από εμάς δεν έχουμε γίνει ακόμα τέλειοι. Συνεπώς, κανείς δε θα έπρεπε να στέκεται ανάμεσα σε εσένα και τον Διδάσκαλο. Η αίσθηση στενής αδελφοσύνης μεταξύ των παιδιών του Πατέρα οδηγεί σε Εσωτερική χαρά και μακαριότητα, που είναι πανέμορφη και γαλήνια στην ουσία της. Όταν δυο λάτρεις του Διδασκάλου συναντιούνται στο όνομά Του, τρέφουν την Εσωτερική τους αφοσίωση με Αγάπη και ταπεινότητα.

****

Όλες οι υπηρεσίες που προσφέρει κάποιος και φαινομενικά είναι για τους άλλους, στην πραγματικότητα, είναι υπηρεσία προς τον εαυτό του. Όταν αναπτύξεις αυτή τη στάση, θα φτάσεις σε αυτό που ονομάζεται “κατάσταση ανιδιοτελούς προσφοράς”.

Αυτό που ο πειθαρχημένος μαθητής απολαμβάνει περισσότερο είναι η πρωταρχική αρχή της βαθύτατης πίστης και της σιωπηρής υπακοής των Ιερών Εντολών του Διδασκάλου. Αυτό εξασφαλίζει σταθερή πρόοδο και ομαλή, αρμονική και χαρούμενη εγκόσμια ζωή.

Η ευγνωμοσύνη είναι τονωτικό της καρδιάς που την αυξάνει σε δύναμη, θάρρος και ταπεινότητα.

****

Εάν δώσουμε μεγαλύτερη σπουδαιότητα σε κάτι από ό,τι εγγενώς και πραγματικά του αξίζει, ο φόβος της απώλειάς του θα είναι σημαντικός και εκτός αναλογίας προς τα αντικειμενικά γεγονότα. Εσύ δε χρειάζεται να ανησυχείς για τίποτα. Όντας κάτω από την προστατευτική φροντίδα της Μεγάλης Διδασκάλου Δυνάμεως, είσαι πραγματικά μια ευλογημέ-

νη ψυχή, έχοντας *πάντοτε* στη διάθεσή σου τη δυνατότητα να επωφεληθείς από αυτή την Υπέρτατη Δύναμη. Ο τρόπος για να το κάνεις βρίσκεται ήδη μέσα σου. Εάν κάνεις απλώς ένα βήμα, Εκείνος θα διανύσει εκατομμύρια βήματα για να σε τραβήξει ψηλά, να σε βοηθήσει και να σε καθοδηγήσει σε κάθε στάδιο. Εσύ πρέπει απλώς να συντονιστείς και να είσαι δεκτικός στην Πηγή. Ο τρόπος για να γίνει αυτό είναι να υπακούς και να προχωράς με πίστη και αφοσίωση σε Εκείνον.

***

Σε παρακαλώ, να αναγνωρίσεις ότι δεν είναι όλοι τέλειοι ακόμα, ωστόσο, εκείνοι που είχαν το προνόμιο να ευλογηθούν με το ιερό δώρο της μύησης και διαλογίζονται σωστά, με Αγάπη, πίστη και ιερό ζήλο, λαμβάνουν πολλά πνευματικά οφέλη. Η πνευματική εξέλιξη είναι προσωπική υπόθεση. Τονίζεται ανεξαιρέτως σε όλους τους αγαπητούς η σημασία της ηθικής διαβίωσης, προς δική τους πνευματική καλυτέρευση. Εκείνοι που τηρούν τις εντολές, διανθίζουν τις ζωές τους και γίνονται πηγή βοήθειας και έμπνευσης για τους άλλους. Αντιθέτως, με εκείνους που γίνονται εγωιστές και απαρνιούνται το Ιερό Μονοπάτι, δεν εγκαταλείπονται τελείως. Τους δίνεται ένα μακρύ σκοινί (χρόνος), για να συνετιστούν και να επανέλθουν σε μελλοντικό χρόνο. Η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη βλέπει και γνωρίζει κάθε σκέψη, πόσο μάλλον την κάθε πράξη του μαθητή, αλλά αναμένει καρτερικά την κατάλληλη στιγμή, όταν ο μαθητής θα στρέψει το πρόσωπό του για βοήθεια και Χάρη.

Ο Νόμος του Κάρμα είναι αδυσώπητος και απαιτεί εκκαθάριση ως και την τελευταία πεντάρα. Από τους μαθητές ζητείται επανειλημμένα να μην στρέφονται σε άλλους για πνευματική πρόοδο, παρά μόνο στον Διδάσκαλο.

Κανείς δεν είναι τέλειος κάτω από αυτόν τον ουρανό, παρά μόνο η Διδάσκαλος Δύναμη που εργάζεται μέσα από ένα συγκεκριμένο ανθρώπινο πόλο. Είναι το ανθρώπινο μας στοιχείο που ενδέχεται να αναδυθεί κατά διαστήματα, σε μη

ευνοϊκά περιβάλλοντα, και τότε φέρνει δεινές επιπτώσεις, όπως ξεπεσμό και οπισθοδρόμηση. Σε παρακαλώ, να είσαι απολύτως βέβαιος πως η Διδάσκαλος Δύναμη θα ξεκαθαρίσει την όλη υπόθεση.

***

Η ταπεινότητα είναι μια θεία αρετή. Σε παρακαλώ, ανάτρεξε στο σύντομο φυλλάδιο «Επτά Μονοπάτια προς την Τελειότητα» που θα σου δώσει εκτενή εξήγηση πάνω στο θέμα. Τα σφοδρά συναισθήματά σου για προσφορά ανιδιοτελών υπηρεσιών εκτιμώνται. Είναι μια ιερή παρόρμηση από την φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη, όταν ευαρεστείσαι να υπηρετείς άλλους. Είναι τυχεροί οι λίγοι εκλεκτοί που έχουν ευλογηθεί να λάβουν αυτή την σπάνια ευλογία και έχουν γίνει όργανα στην εκτύλιξη του Θείου σχεδίου.

***

Το υλικό σώμα είναι ένα πολύτιμο περιουσιακό στοιχείο που έχει παραχωρηθεί στην ανθρώπινη ψυχή για έναν υψηλότατο σκοπό. Πρέπει να καταβληθεί κάθε προσπάθεια για να διατηρείται σε φόρμα και υγιές, ώστε να εκπληρώνει τις εγκόσμιες αλλά και πνευματικές μας υποχρεώσεις.

Οι ασκήσεις της Χάθα Γιόγκα είναι χρήσιμες για να διατηρείται το σώμα υγιές, αλλά το να ασκείται κάποιος δίχως κατάλληλη καθοδήγηση έχει ρίσκο. Μπορείς να κάνεις τακτικά κάποιες ασκήσεις για το σώμα που θα σε ευλογήσουν, με τη Χάρη Του, να έχεις καλή υγεία.

***

Η αγνότητα είναι μια θεία αρετή, ένας καρπός μακροχρόνιας καλλιέργειας. Συνιστάται να αποφεύγεις να κοιτάζεις μέσα στα μάτια άλλων, ειδικά του αντίθετου φύλου. Επίσης, θα πρέπει να κρατάς το νου σου διαρκώς απασχολημένο στην

εργασία σου ή στην επανάληψη του Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων, στη με Αγάπη ενθύμηση του Διδασκάλου ή εάν τον ακούς, στην ακρόαση του Ήχου που έρχεται από τη δεξιά πλευρά. Επίσης, θα πρέπει να αποφεύγεις επιμελώς κάθε μη ταιριαστή παρέα. Η ανάγνωση άσεμνης λογοτεχνίας είναι εξίσου επιβλαβής και ως τέτοια θα πρέπει σχολαστικά να αποφεύγεται.

***

Ο γάμος είναι ιερό μυστήριο και σημαίνει την επιλογή ενός συντρόφου στη ζωή, για να συμπαραστέκεται στα καλά και στα άσχημα. Εκτός από αυτό, ένας γάμος γίνεται σύμφωνα με την αντίδραση του παρελθόντος Κάρμα λόγω του οποίου οι αγαπητοί έχουν έρθει κοντά, ώστε να δεθούν με τα ιερά δεσμά του γάμου για την εκκαθάριση του αμοιβαίου δούναι και λαβείν τους.

***

Όσον αφορά τον γάμο σου, σε παρακαλώ, έχε υπ' όψιν πως γάμος σημαίνει να δεχόμαστε έναν σύντροφο στην ζωή για τη γήινη παραμονή μας εδώ, στην ευημερία ή τη συμφορά, όμως και τα δύο μέλη θα πρέπει να φτάσουν στον Θεό. Δε βλάπτει την πνευματικότητα, εάν ο γάμος επιτελείται σύμφωνα με τις Γραφές. Οι πάρα πολλές δυσκολίες που αντιμετωπίζεις θα πρέπει να διευθετηθούν προσεκτικά και να τεθούν σε σειρά προτεραιότητας. Μπορείς να ξεχάσεις τα πάντα για το παρελθόν και να εργαστείς στο ζωντανό παρόν, με προσεκτικό σχεδιασμό και εφαρμογή του προγράμματος.

Κάθε ημέρα φέρνει άφθονες ευκαιρίες για επιτυχία και πνευματική πρόοδο. Εάν κάνεις την καλύτερη δυνατή χρήση της παρούσας στιγμής, το μέλλον θα φροντίζεται από μόνο του. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε και με τους δυο σας.

Το γάλα και τα γαλακτοκομικά προϊόντα είναι Σάτβικ εάν καταναλώνονται με μέτρο, αλλά γίνονται Ρατζίσικ όταν λαμβάνονται σε υπερβολικά μεγάλες ποσότητες.

***

Μπορείς να παράγεις δικό σου τυρί, που είναι ό,τι καλύτερο. Αυτή η ασυμφωνία μού γνωστοποιήθηκε λίγο καιρό νωρίτερα από κάποιον που έλαβε πληροφορίες για τα συστατικά των επεξεργασμένων τυριών, τα οποία περιέχουν πυτιά. Αλλά η ποσότητα πυτιάς που βρίσκεται στο τελικό προϊόν είναι ένα προς δέκα χιλιάδες, που είναι αμελητέα. Μπορείς να διαπιστώσεις από μόνος σου εάν μπορείς να το καταναλώνεις.

***

Τα παιδιά στην τρυφερή ηλικία των πέντε ή έξι ετών μπορούν να μάθουν την τεχνική να ακούν το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα που δίνεται από τον Διδάσκαλο. Ενήλικες άνω των 16 ετών μπορούν να λάβουν τη μύηση (και τα δύο γίνονται με προηγούμενη έγκριση). Οι πειθαρχημένοι γονείς ανατρέφουν παιδιά που έχουν πνευματικό ζήλο.

***

Υπάρχουν διάφορες απόψεις για την είσοδο της ψυχής στο έμβρυο στη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Συμβαίνουν εκατοντάδες επαφές, όμως η σύλληψη γίνεται μόνο σε σπάνιες περιπτώσεις. Είναι, συνεπώς, λογικό ότι θα υπάρξει εγκυμοσύνη μόνο αν μια ψυχή εισέρθει στο έμβρυο. Η ψυχή έχει κάποια συνειδητότητα εκεί και ζει στη μακαριότητα που ο Θεός της εξασφαλίζει για όσο ζει εκεί. Η ψυχή χάνει αυτή τη μακαριότητα κατά τη γέννηση.

***

Εάν θεωρείς πως 5-6 ώρες ύπνου δεν είναι αρκετές για να αναπληρώσεις την ενέργειά σου, θα πρέπει να τις αυξήσεις κατά μία ή δύο ώρες. Σε παρακαλώ, σημείωσε πως όταν

πας για ύπνο, θα πρέπει να προσπαθείς να χαλαρώνεις τελείως στον Τρίτο Οφθαλμό, σταματώντας κάθε σκέψη για τον εξωτερικό κόσμο ή για το σώμα και να αποκοιμιέσαι στη γλυκιά ενθύμηση του Διδασκάλου. Μια τέτοια τακτική δε θα σε ευλογήσει μόνο με απόλυτα βαθύ ύπνο, αλλά και θα συνεχίζει να επαναφορτίζει το σύστημα με ενέργεια και ζωτικότητα. Θα ξυπνάς νωρίς τα πρωινά ανανεωμένος και ζωογονημένος με τη Χάρη του Διδασκάλου. Σε παρακαλώ, μην επιβαρύνεις το νου σου χωρίς λόγο.

Είναι πολύ καλό που αντιλαμβάνεσαι τη θεία προστασία της Διδασκάλου Δυνάμεως. Σε παρακαλώ, να ανατρέξεις στο μήνυμα των γενεθλίων μου, Φεβρουάριο του 1967. Οι θνητοί είναι απλώς μαριονέτες στα θεία χέρια της Διδασκάλου Δυνάμεως. Εκείνοι που ενώνουν την βούλησή τους στη δική Του Θέληση, θα απολαύσουν απόλυτη μακαριότητα σε όλους τους τομείς της ζωής με τη Χάρη του Διδασκάλου.

***

Θα πρέπει να προσπαθήσεις να αποτρέψεις τη γυναίκα σου από το να καταναλώνει αλκοολούχα ποτά και να τη μεταπείσεις με Αγάπη και στοργή. Το παράδειγμα είναι καλύτερο από τα κηρύγματα. Όταν θα αντιληφθεί τις αρετές της αποχής να αντανακλώνται στη ζωή και τη συμπεριφορά σου, αυτομάτως θα προσπαθήσει να ακολουθήσει το παράδειγμά σου. Όποτε υπάρξει ιδανική και ευχάριστη ατμόσφαιρα και είστε και οι δυο σας σε καλή διάθεση, μπορείς να της εξηγήσεις πως μέσω της Χάρης ενός Διδασκάλου μπορεί και εκείνη να πιει το ελιξίριο της Ζωής, που είναι πολύ πιο μεθυστικό και συναρπαστικό από οποιοδήποτε αλκοολούχο ποτό. Εξάλλου, η πνευματική ανάταση είναι διαρκής, ενώ το μεθύσι απ' το αλκοόλ πολύ σύντομο. Το πνευματικό ελιξίριο οδηγεί στον «Παράδεισο», ενώ τα αλκοολούχα ποτά χαράσσουν το δρόμο για το «πυρ της Κολάσεως». Το πνευματικό ελιξίριο οδηγεί

σε ηθική και κοινωνική ανύψωση, ενώ τα αποτελέσματα της δράσης του αλκοόλ είναι η ηθική διαφθορά και κοινωνική περιθωριοποίηση. Ελπίζω πως με το παράδειγμα και την πειθώ σου στις παραπάνω γενικές γραμμές, πολύ σύντομα θα εγκαταλείψει την απατηλή οδό και θα κινήσει στο Μονοπάτι της Πνευματικότητας με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Λυπάμαι που ο αγαπητός πατέρας σου απεβίωσε. Είναι σύμφωνα με την ανώτερη θέληση του Κυρίου το πότε όλοι μας θα πρέπει να εγκαταλείψουμε αυτόν τον πλανήτη. Εκτιμώ τη δύναμη που επέδειξες και άντεξες αυτή την απώλεια με τη Χάρη του Διδασκάλου. Θα παρατηρήσεις με ευγνωμοσύνη πώς η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη εκτείνει τη δυνατή προστασία στους συγγενείς και στους πιο κοντινούς ανθρώπους του μαθητή εδώ και στο Υπερπέραν.

***

Ο κόσμος αυτός και τα γυαλιστερά πρόσκαιρα θέλγητρά του ξεθωριάζουν πολύ γρήγορα, αφήνοντας πίσω τους ένα κενό. Αυτό το κενό μπορεί να καλυφθεί με την Αγάπη του Θεού και του Διδασκάλου. Η γλυκιά ενθύμηση του Διδασκάλου και ο βίος της ζωής σύμφωνα με τις επιταγές Του θα αποδώσει Αγάπη και ταπεινότητα. Για αυτό, σε παρακαλώ, συνέχισε όσο καλύτερα μπορείς, με Αγάπη και χαρά.

***

Σε παρακαλώ, ζήτησε ευγενικά από όλους τους αγαπητούς που έρχονται στο Σάτσανγκ να μη φέρνουν μαζί τα μικρά παιδάκια που δεν μπορούν να κάτσουν ήσυχα την ώρα του Σάτσανγκ. Επίσης, ζητείται από τις μητέρες που έχουν πάρα πολύ μικρά παιδιά στην αγκαλιά και που είναι πιθανό να κλαίνε ή να ενοχλούν να μένουν έξω από την αίθουσα, ειδικά την ώρα του διαλογισμού. Τα μικρά θα λάβουν όλες τις ευλογίες της Διδασκάλου Δυνάμεως ακόμα και όταν δεν παρευρίσκονται στο Σάτσανγκ, για τους προαναφερθέντες λόγους. Μετά το διαλογισμό, εάν κάνουν απόλυτη ησυχία, μόνο τότε μπορεί

να τους επιτραπεί να παρίστανται στην αίθουσα, ειδάλλως να μένουν έξω. Όμως, αν καταφέρετε να κρατήσετε όλα τα μικρά παιδιά μαζί, κάπου αλλού έξω από την αίθουσα, υπό την εποπτεία κάποιου, δεν υπάρχει αντίρρηση για αυτό. Η σιωπή και η ηρεμία του χώρου πρέπει να διατηρείται με επιμέλεια. Ελπίζω να συνεργαστούν όλοι με Αγάπη προς αυτό το σκοπό. Σε παρακαλώ, διαβίβασε την Αγάπη μου σε όλους τους Σατσάνγκι εκεί.

***

Μπορείς να ενθαρρύνεις τους νεοφερμένους να μελετήσουν τα βιβλία που έχουν εκδοθεί εδώ, τα οποία φέρουν το ζωτικό παλμό του Διδασκάλου και έτσι είναι άκρως αποτελεσματικά στο να προσφέρουν ορθή κατανόηση του Ιερού Μονοπατιού.

Οι αγαπητοί Σατσάνγκι θα πρέπει να καλλιεργήσουν και να έχουν σπάνια υπομονή και ανοχή, ώστε οι άλλοι να μπορούν να διαπιστώνουν ότι εκείνοι ανήκουν στην οικογένεια του ζωντανού Διδασκάλου. Η αυξανόμενη κατανόησή σου πάνω στο ζήτημα εκτιμάται. Σε παρακαλώ, να ακολουθείς την ιερή συνταγή που λέει: «Όταν οι άλλοι σφάλλουν, εμείς από αυτό πρέπει να μαθαίνουμε».

Στα Σάτσανγκ θα πρέπει να διαβάζονται τα βιβλία που έχουν γραφτεί από τον Διδάσκαλο. Δίνουν μια σαφή εικόνα των θεμάτων και φέρουν το ζωτικό παλμό του Διδασκάλου, που θα ευλογήσει τους αγαπητούς με ορθή κατανόηση του Ιερού Μονοπατιού.

Σχετικά αποσπάσματα από βιβλία άλλων Διδασκάλων, δηλαδή των Καμπίρ, Νανάκ, Ιησού κλπ, που αφορούν το Σαντ Ματ και την Σούρατ Σαμπτ Γιόγκα, μπορούν επίσης να αναφερθούν, εάν κρίνεται απαραίτητο. Σχετικά με το θέμα βιβλίων από άλλους συγγραφείς, μπορείτε να τα μελετήσετε ατομικά στα σπίτια σας αλλά όχι στα Σάτσανγκ. Σας παρακαλώ, να το τηρήσετε αυτό επιμελώς.

Δεν υπάρχει αντίρρηση στο να γίνονται κάποιες σύντομες ερωταποκρίσεις μετά το Σάτσανγκ. Σε παρακαλώ, πρόσεξε οι ιερές συναντήσεις να μην μετατραπούν σε λέσχες διαλογικών συζητήσεων και τυχόν ευαίσθητα, αμφιλεγόμενα θέματα ας μην συζητούνται καθόλου. Τα πραγματικά ερωτήματα, που αφορούν το Ιερό Μονοπάτι, θα πρέπει να απαντηθούν με πολλή Αγάπη. Οι νεοφερμένοι είναι ευπρόσδεκτοι να αποταθούν στα βιβλία και εάν κρίνεται αναγκαίο, μπορούν να ενθαρρυνθούν να μου γράψουν.

Σας παρακαλώ, να χρησιμοποιείτε καλής ποιότητας κορδέλα και να στέλνετε τις επιστολές σας κατά προτίμηση δακτυλογραφημένες με διπλό διάστιχο, που διευκολύνει την ομαλή ανάγνωση. Σας ευχαριστώ.

***

Σε παρακαλώ, έχε περισσότερη υπομονή και νηφαλιότητα. Όλα θέλουν το χρόνο τους. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σου.

***

Δεν υπάρχει αντίρρηση στο να μοιράζεστε τις καλές συμβουλές που λάβατε από τον Διδάσκαλο.

(Αναφέρεται στη συλλογή αποσπασμάτων από επιστολές του Διδασκάλου στους Σατσάνγκι της Νέας Υόρκης, για να τα μοιράζονται μεταξύ τους).

Δεν πρέπει να ακολουθείς πάντοτε το παράδειγμα των άλλων.

Σε παρακαλώ, έχε υπόψη σου πως δεν είναι όλοι οι αντιπρόσωποι τέλειοι ακόμα, αλλά και ως έτσι, θα πρέπει πάλι να τους δείχνουμε το δέον σεβασμό ως μεγαλύτερους αδερφούς στο Ιερό Μονοπάτι. Σε πρόσφατη εγκύκλιο έκανα απόλυτα σαφές ότι κανείς δεν πρέπει να επιτραπεί να μπει ενδιάμεσος

μεταξύ μαθητή και Διδασκάλου. Οι αντιπρόσωποι υπάρχουν για να αναπτύξουν στους μαθητές Αγάπη και αφοσίωση προς τον Διδάσκαλο. Η επικριτική συμπεριφορά των φίλων σου δεν πρέπει να σε μπερδεύει. Όσοι έχουν γίνει αποδεκτοί και διαβαίνουν το Μονοπάτι, δεν έχουν φτάσει όλοι τους ακόμα στην τελειότητα. Όπως και να έχει, οδεύουν προς την πραγμάτωση υπό την προστατευτική καθοδήγηση του Διδασκάλου. Θα πρέπει πάντοτε να στρέφεσαι στον Διδάσκαλο για παραδειγματισμό και να προσπαθείς να μιμηθείς και να αφομοιώσεις τις αρετές Του που θα βοηθήσουν στην Εσωτερική πνευματική σου πρόοδο.

****

Η ακρόαση του Ηχητικού Ρεύματος πρέπει να αποφεύγεται δημοσίως, μην τυχόν και εγείρει την περιέργεια.

Όσον αφορά το ζήτημα των χρημάτων, σε παρακαλώ, να προσέχεις τα έξοδά σου. Το να είσαι λιτός είναι μεγάλος βοηθητικός παράγων.

Μια ώρα διαλογισμού είναι επαρκής και στα πλαίσια που πρέπει για τα Σάτσανγκ.

Χαίρομαι που διαπιστώνω πως επιθυμείς την πνευματική πρόοδο. Οφείλεται στην εξέλιξη κάποιου σπάνιου ευγενούς κάρμα παλαιότερων ζωών, όταν κάποιος λαχταρά τη Θεία Χάρη. Η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη, που ελέγχει και καθοδηγεί το πεπρωμένο της ανθρωπότητας, καθιστά εφικτό για τους ειλικρινής αναζητητές της αλήθειας να οδηγηθούν στον ζωντανό Διδάσκαλο. Υπάρχει τροφή για τους πεινασμένους και νερό για τους διψασμένους. Ο νόμος της ζήτησης και της προσφοράς λειτουργεί όλες τις εποχές.

Μια αμερόληπτη μελέτη των βιβλίων θα σου αποκαλύψει τη μεγάλη διαφορά μεταξύ των διδαγμάτων των Διδασκάλων και των άλλων σχολών σκέψης που μέχρι τώρα είχες ακολουθήσει. Ωστόσο, πρέπει να είσαι ευγνώμων στους παλαιότερους δασκάλους σου και που έφτασες να οδηγηθούν τελικά τα βήματά σου στον Διδάσκαλο.

***

Σε παρακαλώ, σου έχει ήδη γίνει σύσταση να προσαρμοστείς στις περιστάσεις όσο καλύτερα μπορείς και να αφήσεις τα υπόλοιπα στη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη που ακατάπαυστα εργάζεται άνωθεν. Η ανησυχία και το άγχος βλάπτουν την πίστη και τους διαλογισμούς. Δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να αποθαρρύνεσαι, αλλά να εναποθέσεις τις ελπίδες και τις φιλοδοξίες σου στη Διδάσκαλο Δύναμη. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σου.

***

Λυπάμαι για την αγαπητή μητέρα σου. Πρέπει να είσαι πιο τρυφερός, υπομονετικός και συνετός στην εξυπηρέτησή της και θα ευλογηθείς με Εσωτερική ειρήνη και αρμονία. Ένα άρρωστο άτομο συνήθως εκνευρίζεται και ενοχλείται ευκολότερα. Η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη ευλογεί και τους κοντινούς συγγενείς και φίλους των μαθητών. Σε παρακαλώ, διαβίβασέ της την Αγάπη μου για εκείνη.

Σε παρακαλώ, ανάτρεξε στον «Τροχό της Ζωής» για περισσότερη ορθή κατανόηση σχετικά με την άποψή σου πως οι ανέντιμοι άνθρωποι ευημερούν περισσότερο από τους ενάρετους.

Ο σκύλος σου δεν πρέπει να ταΐζεται με κρέας, γιατί δημιουργείται κάρμα που χρεώνεται σε εσένα. Μπορεί να ζήσει

μια χαρά με την χορτοφαγική διατροφή, κάνοντας ακριβώς την ίδια μετάβαση που έκανες και εσύ.

***

Αν και ο θάνατος του αγαπητού σου συζύγου εκ πρώτης όψεως οφείλεται σε υπέρ-δοσολογία φαρμάκων, στην πραγματικότητα συνέβη την προκαθορισμένη στιγμή σύμφωνα με τη Θεία Βούληση του Κυρίου.

***

Χαίρομαι που αφιερώνεις τακτικά χρόνο για τους πνευματικούς σου διαλογισμούς. Σε παρακαλώ, να αυξήσεις τη διάρκεια των ασκήσεών σου στον Ήχο και το Φως στις δυο ώρες ημερησίως, για να εξασφαλίσεις ταχεία πρόοδο στο Πνευματικό Μονοπάτι.

***

Ο πόλεμος στο Βιετνάμ είναι πράγματι κάτι πολύ λυπηρό. Κάθε θεοσεβούμενος άνθρωπος με πονόψυχη καρδιά τον καταδικάζει. Τέτοιοι πόλεμοι γίνονται ως αναπόφευκτο αποτέλεσμα των αντιδράσεων του συλλογικού κάρμα των ανθρώπων των εμπλεκόμενων κρατών. Εμείς πρέπει να προσευχόμαστε για το έλεος του Κύριου.

Οι Διδάσκαλοι κηρύσσουν και πράττουν το σοσιαλισμό με την πραγματική έννοια του όρου, με βάση την Αδελφότητα του ανθρώπου και την Πατρότητα του Θεού. Όλοι οι άνθρωποι είναι παιδιά του ίδιου Ανώτατου Πατέρα και όντας ευλογημένοι με τις ίδιες πνευματικές ιδιότητες, είναι ίσοι. Πρεσβεύουν την αρχή «Ζήσε και άσε και τους άλλους να ζήσουν», όχι μόνο για τους ανθρώπους αλλά και για τα ζώα επίσης. Αυτό ενισχύεται δίνοντας δωρεές, τη δεκάτη των εισοδημάτων σας, για να μοιραστεί σε όσους ζουν σε λιγότερο ευνοϊκές συνθήκες.

***

Σε παρακαλώ, προσπάθησε να πηγαίνεις στα Σάτσανγκ

όποτε το επιτρέπει ο καιρός. Το Σάτσανγκ είναι μεγάλος βοηθητικός παράγων, για να αφομοιώνουμε τα διδάγματα στη σωστή τους διάσταση και να ενισχύεται η Εσωτερική αφοσίωση στη Διδάσκαλο Δύναμη. Επιπλέον, εκεί θα μπορείς να απολαμβάνεις την καταιγιστική ευδαιμονία της φορτισμένης ατμόσφαιρας, όπου η γεμάτη Αγάπη ζωοποιός δόνηση ακτινοβολείται από τη Διδάσκαλο Δύναμη προς το πνευματικό όφελος των αγαπητών.

Το Σιμράν είναι άκρως βοηθητικό στο να κρατά το νου αλυσοδεμένο. Μπορείς να ανατρέξεις στο εγχειρίδιο «Σιμράν», το οποίο επιμελήθηκε ο αγαπητός Ράσελ Πέρκινς, και να το διαβάσεις πολύ προσεκτικά για να αντιληφθείς την αξία του.

***

Οι αγαπητοί πρέπει να προγραμματίζουν τις ζωές τους με ακρίβεια και πειθαρχία, προς όφελος της πνευματικής τους προόδου. Πρέπει να γίνεται ένα πράγμα την κάθε στιγμή και αυτό με απόλυτη προσοχή και αφοσίωση. Έτσι κρατιέται το σπίτι σε τάξη. Μια καλή σκέψη θα έλξει όλη την καλοσύνη του σύμπαντος, ενώ στον αντίποδα, μια μοχθηρή ιδέα θα δημιουργήσει έναν φαύλο κύκλο όπου θα περικλείεται όλο το αρνητικό του σύμπαντος. Ένας καρπός μάνγκο αντλεί όλη τη γλύκα του εδάφους, ενώ λίγο παραπέρα, εάν σπαρθεί ένας σπόρος πιπεριάς, θα έλξει όλη την υπάρχουσα πίκρα. Και τα δυο φυτά θα ευδοκιμήσουν χάρη στα ποικίλα στοιχεία της Μητέρας Φύσης που υπάρχουν όλα εκεί, στο ίδιο ακριβώς χώμα. Ο ένας καρπός όμως είναι γεμάτος γλύκα ενώ ο άλλος πολύ καυτερός. Έτσι λειτουργεί ο Αιώνιος Νόμος. Η ανθρώπινη καρδιά είναι το έδαφος, ενώ οι καλές και κακές σκέψεις είναι οι σπόροι που, όταν σπέρνονται προσεκτικά, είναι βέβαιο πως με τον καιρό σταδιακά θα αναπτυχθούν, χάρη στην προσεκτική και σωστή καλλιέργεια. Θα πρέπει να επιλέξεις και να αποδεχτείς τις ευγενέστερες αρετές και να τις εφαρμόσεις στη ζωή σου, αναμένοντας έτσι πλούσια συγκομιδή εν ευθέτω χρόνω. Είσαι ελεύθερος ως ένα βαθμό και μπορείς να επωφεληθείς από

αυτή την περιορισμένη ελευθερία με σκληρή εργασία, σωστή ζωή και αυστηρή πειθαρχία. Απλώς μάθε να σπέρνεις ανώτερες ιδέες στο υποσυνείδητό σου και να τις τρέφεις με το νερό της αυτοπεποίθησης, της αποφασιστικότητας, της επιμέλειας και της προσαρμοστικότητας. Κρατήσου γερά. Ουδέποτε, ποτέ μα ποτέ, μην πέφτεις χαμηλά. Στέκε αποστασιοποιημένος, στο ύψος των πανέμορφων θείων αρχών στη ζωή σου, και οι αρχές σου θα είναι δίπλα σου στην ώρα της ανάγκης.

***

Είναι πολύ θετικό που έχεις μια καλή δουλειά να σε κρατά απασχολημένο. Η αφοσίωση στην εργασία είναι ένα ιερό προσκύνημα.

(Απάντηση σε ερώτημα σχετικά με το να υποδύεται κάποιος στο θέατρο ή στην τηλεόραση χαρακτήρες, όπως εκδιδόμενους, δολοφόνους, κλπ. ή σε διαφημίσεις που προωθούν επιβλαβή τρόφιμα κλπ.)

Όσον αφορά τη δουλειά σου στο θέατρο ή την τηλεόραση, τονίζεται πως «η εργασία είναι προσκύνημα» και γι' αυτό το λόγο, κάθε έντιμη δουλειά πρέπει να γίνεται αποδεκτή υπό αυτή την έννοια. Να προσπαθείς να ζεις πειθαρχημένη ζωή, καλλιεργώντας έτσι το χαρακτήρα σου, κάτι που θα αποτυπωθεί στην υποκριτική σου και θα γίνει έναυσμα για μια καλύτερη ζωή. Πρέπει να γνωρίζεις πως η Εσωτερική μας ύπαρξη εμφανώς αντανακλάται στην εξωτερική συμπεριφορά και τους τρόπους μας. Εάν ζεις θετική και πειθαρχημένη ζωή, η εργασία σου θα είναι πιο ευχάριστη και αποδοτική και θα εκτιμάται και ανταμείβεται περισσότερο.

Λυπάμαι για το λυπηρό χαμό του αγαπητού κυρίου Χ που αυτοπυροβολήθηκε. Τέτοια σημαντικά γεγονότα της ζωής είναι προδιαγεγραμμένα. Παρόλα αυτά, δεδομένου ότι παρακολουθούσε τα Σάτσανγκ και φιλοδοξούσε να ζητήσει τη

φιλεύσπλαχνη προστασία του Διδασκάλου, η ψυχή του έχει ευλογηθεί από τη Θεία Χάρη στο Υπερπέραν. Η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη παρέχει τη δυνατή προστασία στις ψυχές που έχουν γίνει αποδεκτές, εδώ και στο Υπερπέραν, υπό το Θείο Θέλημά Του.

***

Στα μικρά παιδάκια σε τρυφερές ηλικίες τους δίδεται η επαφή με το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα σε μαζικές μυήσεις κάθε μήνα. Μπορείτε να προβάλλετε χωρίς δισταγμούς τις ταινίες που περιλαμβάνουν και τη μύηση. Θα προσέξεις πως ο νεανικός απλός νους τους είναι πιο δεκτικός στη Θεία Χάρη. Η ιερή ευλογία του Ιερού Νάαμ εμφυτεύεται στις ψυχές τους για μελλοντική πνευματική πρόοδο, όταν θα μπορέσουν να λάβουν την πλήρη μύηση.

***

Λυπάμαι για τις προβληματικές υποθέσεις σου που σε κατακυριεύουν, προκαλώντας νοητική αγωνία και αναστάτωση. Ο αδυσώπητος νόμος του Κάρμα λειτουργεί, μα μεγάλο μέρος της έντασης και της διάρκειας της δοκιμασίας μετριάζεται με την παρέμβαση της φιλεύσπλαχνης Διδασκάλου Δυνάμεως. Δεν υπάρχει λόγος να το σκέφτεσαι πολύ, καθώς οι στενάχωρες σκέψεις φέρνουν νοσηρά συναισθήματα που προστίθενται στην υπάρχουσα κατήφεια. Εσύ από την πλευρά σου πρέπει να εκπληρώνεις πρόθυμα τις εγκόσμιες υποχρεώσεις σου και άσε τα υπόλοιπα στη Διδάσκαλο Δύναμη. Αυτό είναι το μόνο που μπορείς να κάνεις και κάνοντάς το, θα βρεις μια νέα σκοπιά στα προβλήματά σου και θα δέχεσαι τα αποτελέσματα με θετικότητα και ευθυμία, γνωρίζοντας πως είναι μια ακόμα περαστική φάση.

***

Βρισκόμαστε εδώ σε αυτό το θνητό κόσμο για έναν ανώτερο στόχο. Η πραγμάτωση του εαυτού και η επανένωσή του

με τη Θειότητα Εσωτερικά είναι ο κύριος σκοπός μας. Όλες οι προσπάθειες προς την επιτυχή επίτευξη μιας ήρεμης στάσης στη ζωή οπωσδήποτε θα ευλογηθούν με επιτυχίες με τη Χάρη του Διδασκάλου. Το ιερό Νάαμ είναι πανάκεια για όλα τα δεινά που κληρονομούνται στη ζωή μέσα στο ανθρώπινο σώμα. Για αυτό, σε παρακαλώ, να μεταστρέψεις την ενέργεια και τις προσπάθειές σου προς τους ιερούς διαλογισμούς, με τακτικότητα, βαθύτατη πίστη και ιερό ζήλο. Κάθε φιλεύσπλαχνη βοήθεια και προστασία θα παρέχονται άνωθεν.

***

Είμαι ευγνώμων για τις αφοσιωμένες ανιδιοτελείς υπηρεσίες σου στον ιερό σκοπό. Τυχεροί είναι οι λίγοι εκλεκτοί που έχουν αναλάβει ενεργό ρόλο στην εκτύλιξη του Θείου Σχεδίου, φέρνοντας ανακούφιση στους απόκληρους και απελπισμένους του κόσμου, ώστε να βρουν το δρόμο τους πίσω προς τον Αιώνιο Αληθινό Οίκο του Πατρός υπό την φιλεύσπλαχνη προστασία του ζωντανού Διδασκάλου. Οι ενωμένες συλλογικές προσπάθειές σας θα καρποφορήσουν με τη Χάρη Του. Οι συντονισμένες ομαδικές εργασίες σας θα δώσουν παρηγοριά, ανακούφιση και ικανοποίηση σε πολλούς αγαπητούς που αδημονούν για πνευματική φώτιση. Ο Διδάσκαλος πάντοτε ευαρεστείται και εκτιμά τέτοιες ευγενείς ενέργειες.

***

Το μαύρο πιπέρι είναι μπαχαρικό και καθώς είναι Ρατζάσικ από τη φύση του, πράγματι καθυστερεί την γιογκική Σάντανα. Παρόμοια, το καρπούζι που περιέχει μεγάλη ποσότητα υγρού στοιχείου προκαλεί υπερβολικά συχνή ενούρηση, που είναι άλλος ένας τρόπος να καθυστερεί η πνευματική πρόοδος, όταν κάποιος ενοχλείται συχνά. Σε παρακαλώ, όμως, έχε υπόψη πως αυτές οι συστάσεις έχουν βασιστεί σε κάποια γενικά συμπεράσματα των δεδομένων και θα πρέπει να χρησιμεύουν μόνο ως κατευθυντήρια αρχή. Όπως και να έχει, ο καθένας έχει το δικό του προσωπικό σύστημα σωματικής υγείας

που αντιστοιχεί σε διαφορετικούς συνδυασμούς τροφών που ταιριάζουν με τη φύση του, τις γευστικές του προτιμήσεις και την ιδιοσυγκρασία του ατόμου. Είναι απλώς μια προσαρμογή να καταναλώνονται τέτοιες τροφές με μέτρο, ώστε να μπορεί να διατηρείται το σώμα και ο νους σε ισορροπία και σταθερότητα.

Οι ανιδιοτελείς υπηρεσίες είναι μεγάλη αρετή και συνεπάγεται επιπλέον έργο και θυσία. Είναι η εκδήλωση της Αγάπης και της καλοσύνης. Νους και σώμα εξαγνίζονται μέσω της ανιδιοτελούς προσφοράς και της θυσίας. Ένα ταπεινό όν γνωρίζει καλύτερα πώς να υπηρετήσει τον ιερό σκοπό, υπό την προστατευτική καθοδήγηση του Ζωντανού Διδασκάλου. Ο ύψιστος βαθμός της ανιδιοτελούς προσφοράς είναι η εξάλειψη του εγώ. Τότε ο εαυτός θεωρείται ένας ταπεινός υπηρέτης του Κυρίου και του Διδασκάλου. Το να αναλάβει ορισμένα καθήκοντα, ώστε να διεκπεραιωθούν μέσω εκείνου, το θεωρεί τύχη ανώτατου βαθμού.

***

Λυπάμαι για τον αγαπητό Χ που είναι πάλι άρρωστος. Δε χρειάζεται να διογκώνεις τα προβλήματά σου, καθώς ο φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος βρίσκεται πάντοτε κοντά σου, πάνω από το κεφάλι σου. Πρέπει να θεωρείς τον εαυτό σου ταπεινό υπηρέτη του Κυρίου και του Διδασκάλου και να διεκπεραιώνεις τις αρμοδιότητες που σου έχουν ανατεθεί με επιμέλεια και σοβαρότητα, αδιαφορώντας για τις όποιες ανταμοιβές. Δοκιμασίες και δυσκολίες αυτού του είδους είναι η συνήθης καθημερινότητα της ζωής στο υλικό επίπεδο και η ήρεμη και ισορροπημένη προσέγγιση θα σε ευλογήσει με σπάνια δύναμη, θάρρος και αντοχή.

***

Λυπάμαι για την υγεία του αγαπητού Χ που γίνεται πηγή διαρκούς ανησυχίας για εσένα. Το γνωρίζεις πολύ καλά πως οι σωματικές αρρώστιες έρχονται ως αποτέλεσμα των αντιδρά-

σεων του παρελθόντος κάρμα και πρέπει να τις υποστούμε, όπως και να έχει, αν και μεγάλο μέρος της οξύτητας, της σοβαρότητας και της διάρκειας έχουν μετριαστεί με τη γεμάτη Αγάπη Χάρη της φιλεύσπλαχνης Διδασκάλου Δυνάμεως που εργάζεται άνωθεν. Μόνο το ελάχιστο δυνατό, που είναι αδύνατον να διευθετηθεί διαφορετικά, θα το υποστούμε πάντοτε υπό την φιλεύσπλαχνη προστασία του Διδασκάλου.

****

Οι Θείες αποκαλύψεις *(στο διαλογισμό)* χαρίζουν απλόχερα άσβεστη μακαριότητα και αρμονία, όταν γίνονται με πνεύμα βαθιάς πίστης και ιερό ζήλο. Κατήφεια και νοσηρότητα εμποδίζουν το δρόμο. Να είσαι βέβαιος πως φταίει η αρνητική οπτική του νεαρού μαθητή, που εάν την επιτρέψει, του δημιουργεί παρόμοια προβλήματα. Δεν πρέπει σε καμιά περίπτωση να πέφτεις σε κατάθλιψη, ενώ βλέπεις το Φως και έχεις ευλογηθεί με το σπάνιο δώρο της θείας προστασίας σε όλες τις σφαίρες της ζωής σου με τη Χάρη του Διδασκάλου. Θα πρέπει να γνωρίζεις με βεβαιότητα πως μου είσαι πολύ αγαπητός. Νιώθω πολλή μεγάλη Αγάπη για εσένα και επιθυμώ την πρόοδό σου στο Πνευματικό Μονοπάτι. Σε παρακαλώ, να είσαι σε ανάταση, ενεργώντας με χαρά, ακριβώς όπως ένας υπάκουος υπηρέτης δε νοιάζεται για τα αποτελέσματα, αλλά απολαμβάνει να διεκπεραιώνει την εργασία του επιμελώς.. Οι δυσκολίες ως προς την ηθική διαβίωση πρέπει να αφαιρεθούν όπως τα ζιζάνια, με προσεκτική επαγρύπνηση και καλλιεργώντας μια βαθύτατη αίσθηση προσμονής για τις αρετές που βρίσκονται στον αντίποδα, με υπομονή και σθένος. Παρακαλείσαι να αποφεύγεις να κοιτάς μέσα στα μάτια το αντίθετο φύλο *(αυτό αφορά μαθητή με συγκεκριμένο πρόβλημα στην τήρηση της αγνότητας)*. Ένας αληθινά ταπεινός και υπάκουος πνευματικός αναζητητής θα υπερβεί την κατάσταση, εναποθέτοντας τις προσπάθειές του στη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη που εργάζεται άνωθεν. Πάντοτε να αποζητάς τη θεία καθοδήγηση Εκείνου, επικαλούμενος το έλεός Του με ταπεινή

ικεσία και σφοδρή Εσωτερική επιθυμία για την ντάρσαν Του.

***

(Για την παρακολούθηση των Σάτσανγκ)

Αναφέρομαι στα θέματα του Σάτσανγκ, σχετικά με τις περιπτώσεις κάποιων αγαπητών που δεν παρακολουθούν τα Σάτσανγκ τακτικά. Η ανησυχία σου για την αδιαφορία τους είναι εμφανής. Σε παρακαλώ, να τους τηλεφωνείς προσωπικά, εάν είναι δυνατόν, ή μέσω κάποιου άλλου μαθητή, όπου θα πρέπει να γίνεται μια υπενθύμιση για τις πνευματικές τους υποχρεώσεις. Είναι για το καλό των Σατσάνγκι και θα ωφεληθούν πνευματικά εάν έρχονται στο Σάτσανγκ. Σε παρακαλώ, να τους διαβιβάσεις την Αγάπη μου.

Ωστόσο, εσύ δε χρειάζεται να νιώθεις αγανάκτηση για αυτό. Κάνε μόνο το καλύτερο που μπορείς, τονίζοντας στους μαθητές αλλά και στους άλλους ενδιαφερόμενους για το Ιερό Μονοπάτι να παρευρίσκονται και να παρίστανται στις συναντήσεις τακτικά. Κάποιες φορές συμβαίνει, όταν αποτυγχάνουν να βλέπουν το Φως ή την πρόοδό τους στο Μονοπάτι, οι αγαπητοί να αποφεύγουν τις πνευματικές τους υποχρεώσεις. Παρά ταύτα, εσύ πρέπει να λειτουργείς με πνεύμα ανιδιοτέλειας, διεκπεραιώνοντας καλώς αυτό που σου αναλογεί. Η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη που εργάζεται άνωθεν θα ευλογεί τις προσπάθειές σου.

(Σχετικά με τον αριθμό των ατόμων που πηγαίνουν στα Σάτσανγκ).

Δεν έχει σημασία, καθώς η ποσότητα δεν μετρά και πολύ, ενώ η ποιότητα είναι καθοριστικής σημασίας. Οι γεμάτες Αγάπη και πνεύμα συνεργασίας προσπάθειές σου θα ευλογηθούν με αυξανόμενη προσέλευση και οι ειλικρινείς θα ανταμειφθούν για την αψεγάδιαστη αφοσίωση και την αποφασιστικότητά τους.

ΑΓΝΟΤΗΤΑ, ΓΑΜΟΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΖΩΗ

Γάμος σημαίνει να έχουμε έναν σύντροφο στη ζωή, που θα παραμείνει ο ένας κοντά στον άλλον στην ευημερία ή στη συμφορά κατά τη διάρκεια της γήινης παραμονής, όπου και οι δυο θα συναντήσουν τον Κύριο. Ένα καθήκον μπορεί να είναι να κάνουν παιδιά, γεγονός για το οποίο οι Γραφές αναφέρουν ότι η δύναμη αυτή πρέπει να διατεθεί για το σκοπό αυτό, αλλά να απέχουν τελείως μετά τη σύλληψη και για όλο το διάστημα που το μωρό τρέφεται με το γάλα της μητέρας του. Με αυτό τον τρόπο, το παιδί, η μητέρα και ο πατέρας θα είναι όλοι τους υγιείς και οι περισσότερες από τις ασθένειες από τις οποίες υποφέρουν οι άνθρωποι θα εξαλειφθούν. Οι Άγιοι λένε πως εάν είναι να γεννηθεί ένα παιδί, ας γίνει Άγιος ή ευεργέτης για όλους τους φτωχούς, για να προσφέρει τις υπηρεσίες του σε αυτούς που έχουν ανάγκη, ή ανδρείος που να προστατεύει τους εγκαταλελειμμένους, τους απεγνωσμένους και τους αδύναμους.

Οι Διδάσκαλοι διάγουν τον ιδανικό έγγαμο βίο και όταν ξεκινήσουν την αποστολή τους, σταματούν οριστικά αυτές τις πράξεις. Συνεπώς, ο έγγαμος βίος δεν είναι εμπόδιο στην πνευματικότητα, εάν γίνεται σύμφωνα με τις Γραφές. Στους συντρόφους στη ζωή συνιστάται για το πνευματικό τους όφελος να τηρούν την αγνότητα, ζώντας μια μετρημένη ζωή με αμοιβαία συνεργασία. Η τήρηση του ημερολογίου αυτοενδοσκόπησης είναι απαραίτητη για τους ανθρώπους που επιδιώκουν σταδιακή βελτίωση. Ο άνθρωπος μαθαίνει με την αυτοενδοσκόπηση και με προσεκτική διαβίωση. Στους αγαπητούς δεν απαγορεύεται να παντρευτούν και να φτιάξουν το σπιτικό τους, ωστόσο θα πρέπει να ζουν ιδανική οικογενειακή ζωή, αρωματισμένη με τη Θεία Χάρη του Διδασκάλου. Οι νέοι, πριν τον γάμο, θα πρέπει να τους ζητείται να ζουν αγνή ζωή, καθώς η αγνότητα είναι ζωή ενώ η σεξουαλικότητα θάνατος. Μια λάμπα καίει θαυμάσια όταν έχει λάδι μέσα, αλλά εάν υπάρχει διαρροή λαδιού, πώς μπορεί να δώσει φως; Μια ζωή

αυτοσυγκράτησης κάνει το σώμα και το μυαλό ισχυρό.

Παρόμοια, η μόρφωση δε γίνεται να αποκλειστεί, δεδομένου ότι βοηθά να αναπτυχθούν οι Εσωτερικές ιδιότητες, ώστε να αποκτηθεί μια σωστή προσέγγιση στα προβλήματα της ζωής.

Η γνώση είναι μια γιρλάντα από λουλούδια γύρω από τον λαιμό του πρακτικού ανθρώπου. Εκείνος θα εξηγήσει πολλά πράγματα με το λεξιλόγιο που κατέχει. Ένας άνθρωπος των γραμμάτων δίχως πρακτική εξάσκηση, είναι σαν ένα θεριό που κουβαλά ένα βάρος, σαν να έχει ένα φορτίο βιβλία πάνω στο κεφάλι του. Η θεωρητική γνώση των βιβλίων είναι μια έρημος που δε δίνει καμία διέξοδο. Ένας διαβασμένος άνθρωπος θαυμάζει την πουτίγκα και την προσφέρει στους άλλους, όμως δεν γνωρίζει από ιδία πείρα τη γεύση της. Ένας αμαθής με πρακτική εμπειρία απολαμβάνει ο ίδιος τη γεύση της πουτίγκας και δίνει απλά περιγραφές της με το λεξιλόγιο που κατέχει. Και ο σπουδαγμένος και ο αγράμματος χρειάζεται να διανύσουν τον ίδιο δρόμο, να αποτραβηχτούν από τον εξωτερικό κόσμο και να ανεβούν πάνω από τη σωματική τους συνειδητότητα, για να δουν το Φως του Θεού και να γίνουν συνειδητοί συνεργάτες του Θείου Σχεδίου.

Μια απρόσωπη παρεκκλίνουσα προσέγγιση ή μια μικρή χαλάρωση της τήρησης του ηθικού κώδικα σύμφωνα με τα τις αρχές του Ιερού Μονοπατιού είναι πιθανό να προκαλέσει επιβράδυνση στην πρόοδο. Η συχνή συναναστροφή και παρέα τρέφουν την προσκόλληση μεταξύ των ατόμων. Αλλά, όταν αυτά έχουν την ευωδιά του θείου αρώματος και τα απολαμβάνουν οι μαθητές στο όνομα του Διδασκάλου, είναι αναμενόμενο να έχουν πολύ θετικό αντίκτυπο. Τα δυο φύλα ασκούν πολύ δυνατή έλξη το ένα στο άλλο. Η γοητεία και ο μαγνητισμός που ενυπάρχει είναι υπερβολικά ισχυρά για να υπάρξει αντίσταση. Αυτό οδηγεί σταδιακά σε ερωτική τρέλα και δέσμευση. Ένα μικρό ολίσθημα μπορεί να προκαλέσει τον όλεθρο και οι αγαπητοί να εκσφενδονιστούν προς τα κάτω, στην άβυσσο της ικανοποίησης της σαρκός. Η θεία Αγάπη και το σεξ είναι εκ

διαμέτρου αντίθετα. Το σεξ δεν είναι μόνο αμαρτία αλλά και σοβαρό εμπόδιο στο Ιερό Μονοπάτι. Μετά από μακρά άσκηση κάποιος θα μπορεί να επιτύχει ως ένα βαθμό το να ζει μια αγνή ζωή. Αυτή η πτυχή της ζωής, σας παρακαλώ, να βρίσκεται στα υπ' όψιν από τα μεγαλύτερα σε ηλικία μέλη του Σάτσανγκ, όταν καθοδηγούν τους "νεαρότερους βλαστούς" προς όφελος της πνευματικής τους προόδου.

Σχετικά με τα αγαπητά παιδιά σου... η ανατροφή των παιδιών είναι ένα υψηλό καθήκον. Τα παιδιά μιμούνται τους γονείς τους που θα πρέπει να ακτινοβολούν ειρήνη, αρμονία και νηφαλιότητα, ζώντας μια πειθαρχημένη ζωή γεμάτη από πνευματική μακαριότητα. Η θετική στάση του αγαπητού Χ δείχνει το μεγαλείο της ψυχής του. Η Εσωτερική βεβαιότητα είναι έμφυτη στην ψυχή, η οποία ψυχή, αν και είναι σε μέγεθος μινιατούρας, είναι απόλυτα Θεία. Αυτό το ευγενές συναίσθημα είναι συνήθως κυρίαρχο σε πολλά υποσχόμενες προσωπικότητες, που κληρονομούν ευνοϊκό περιβάλλον, πολύ βοηθητικό για την πνευματική τους πρόοδο. Δε χρειάζεται να ανησυχείς για το ότι καθυστερεί να μάθει να ντύνεται ή να μιλάει. Η Εσωτερική ωριμότητα είναι καλώς καθορισμένη και ορίζεται από τη φύση. Όσον αφορά τις απαιτήσεις του, θα πρέπει να τις εκπληρώνεις με Αγάπη, στο δυνατό βαθμό, εφόσον είναι λογικές και μέσα στα πλαίσια της ανατροφής του. Τα τρυφερά συναισθήματά του δεν πρέπει σε καμιά περίπτωση να πληγώνονται. Είναι η απεριόριστη Αγάπη των γονιών για τα παιδιά τους που τα κάνει τολμηρά, γενναία και πρωτοπόρα στη ζωή τους. Πρέπει να είσαι μια εξαιρετικά στοργική αλλά συγχρόνως και πολύ αυστηρή μητέρα, όσον αφορά την Αγάπη και την πειθαρχία σου προς τα παιδιά σου. Η ωφέλιμη πρακτική σου να κάθεσαι μαζί τους τακτικά και να ακούτε το Ηχητικό Ρεύμα εκτιμάται και αυτό θα τα βοηθήσει στην πνευματική τους ανάπτυξη. Σε παρακαλώ, να μεταφέρεις την Αγάπη μου σε εκείνα.

Η στοργή της μάνας προς το παιδί είναι έμφυτη και δεν πρέπει να παρερμηνεύεται ως άσεμνη. Η συχνή παρόρμησή

σου να την αγκαλιάσεις είναι φυσιολογικό ανθρώπινο ένστικτο. Πρέπει να γνωρίζεις πως η Αγάπη της μάνας είναι μια Εσωτερική παρόρμηση, καθοριστική στην υγιή ανατροφή του παιδιού. Κάθε ψυχή που έρχεται σε αυτό τον κόσμο αποζητά και απολαμβάνει τέτοιου είδους Αγάπη, φροντίδα και στοργή, τα οποία της δημιουργούν Εσωτερικό αίσθημα γενναιότητας και τόλμης. Τα ιερά ένστικτά σου εγχέονται στο παιδί και θα το κάνουν να αναπτυχθεί σταδιακά και να γίνει ένας υγιής ρωμαλέος ενήλικας με τη Χάρη του Διδασκάλου.

.. .Μπορείς, σε παρακαλώ, να δοκιμάσεις να της προσφέρεις σε αφθονία τα πράγματα που είναι πιθανό να κλέψει. Θα δεις πως όταν της παρέχονται όλα απλόχερα, η τάση να τα αποκτήσει με την κλεψιά θα ξεπεραστεί με τον καιρό. Ταυτόχρονα να ενσταλάξεις στο μυαλό της πως οτιδήποτε, όλα όσα επιθυμεί, θα της δοθούν. Ελπίζω να βελτιωθεί με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Όσον αφορά τα τρομοκρατημένα ουρλιαχτά του αγαπητού Χ κατά τη διάρκεια του ύπνου. Θα μπορούσε να απαλλαχθεί από αυτά, καταφεύγοντας στο Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων. Επίσης, να κοιτάξεις την πέψη του, εάν είναι εντάξει με τις κενώσεις, καθώς μερικές φορές τα στομαχικά προβλήματα προκαλούν τέτοια τρομακτικά όνειρα.

Ο γάμος είναι ένα μυστήριο. Είναι η επιλογή ενός συντρόφου για μια ζωή, για να συμπαραστέκεται στις χαρές και τις δοκιμασίες. Είναι ένας ιερός θεσμός ενάντια στο κοινωνικό κακό και την αμαρτία. Συμπληρώνει ένα κενό. Δεν είναι ένα απλό συμβόλαιο, αλλά μια ιερή συμμαχία υπό το Θείο Θέλημα, που δυο ψυχές έρχονται κοντά για να επιτύχουν τον ανώτατο σκοπό, την πνευματική τελειότητα. Η σεξουαλική ορμή είναι ιερό ένστικτο που προορίζεται για την αναπαραγωγή και μπορεί να μετουσιωθεί προσεκτικά, ζώντας ένα βίο γεμάτο με μετριοπάθεια. Η ήρεμη Αγάπη μεταξύ των συντρόφων στη ζωή ξεκινά από τη σάρκα και ολοκληρώνεται στις ψυχές. Είναι μια σύζευξη για την επίτευξη του ανώτατου σκοπού της ζωής, την τελική απελευθέρωση από τον Τροχό. Μια ζωή γε-

μάτη με πνευματική μακαριότητα και αφοσίωση λειτουργεί ως σταθερή άγκυρα ενάντια στις αδικίες της κοινωνίας.

Χαίρομαι που μαθαίνω πως παντρεύτηκες και που τα οικογενειακά σου έχουν βελτιωθεί με τη Χάρη του Διδασκάλου. Συνιστάται να είσαι προσεκτικός με την υγεία σου, για την οποία θα πρέπει να κάνεις περιοδικό ιατρικό έλεγχο.

Η ανάμνησή σου είναι πολύ ζωντανή και θυμάμαι την αγαπητή Ζ, τα φωτεινά αθώα ματάκια της να λάμπουν, ακτινοβολώντας πνευματική λάμψη *(παιδάκι)*.

Είναι τόσο καλό που η αξιολάτρευτη *(παιδάκι)* περπατά με τη Χάρη του Διδασκάλου. Είναι μια πολύ αγαπητή και όμορφη ψυχή. Τα χαμογελαστά ματάκια της τα θυμάμαι πολύ καθαρά. Σε παρακαλώ, να διαβιβάσεις την Αγάπη μου σε εκείνην και στον αγαπητό Ω.

Τα ψεύτικα θέλγητρα των αισθησιακών απολαύσεων συνήθως καταλήγουν σε απογοήτευση. Οι σαρκικές επιθυμίες σπάνια ικανοποιούνται με το να ενδίδουν οι άνθρωποι σε αυτές. Η πνευματική πειθαρχία και η υπέρβαση των εμποδίων στα οποία οι αναζητητές σκοντάφτουν επιτυγχάνονται με τη μετάνοια και την προσεκτική αυτοεξέταση και αυτό βοηθά στην πνευματική πρόοδο. Η ερωτική τρέλα φέρνει ολισθήματα σε απολαύσεις, ενώ η αποχή και η απάρνηση φέρνουν ηρεμία και νηφαλιότητα. Να το γνωρίζεις με βεβαιότητα ότι ο νους είναι πολύ χρήσιμος υπηρέτης μα κάκιστος αφέντης. Είναι λόγω της αγαθούς Χάρης του Διδασκάλου που ο μαθητής ακολουθεί την ορθή οδό, και αυτοί που συμμορφώνονται με τις οδηγίες Του ευλογούνται με επιτυχία και αποφεύγουν τους πειρασμούς. Τότε, ο πίθηκος-νους *(αεικίνητος)* συνεργάζεται μαζί τους για την πνευματική τους πρόοδο. Απεναντίας, εκείνοι που υποκύπτουν και πέφτουν θύματα στα θέλγητρα της λαγνείας, παραβλέποντας τις θείες συμβουλές, καταποντίζονται στην άβυσσο του ξεπεσμού, όπου ο νους τρέχει ανεξέλεγκτος προς τα κάτω. Συνεπώς, αντιλαμβάνεσαι την πρωταρχική αναγκαιότητα να ακολουθείς τις ιερές προσταγές της Διδασκάλου Δυνάμεως και να έχεις Θείες σκέψεις.

«Σοφός με τη δεκάρα και ανόητος με την δραχμή» είναι μια χρήσιμη παροιμία.

Πρέπει κάποιος να τηρεί αυστηρότατο έλεγχο πάνω στις σκέψεις του, που συνήθως εισέρχονται ύπουλα, παρεμβαίνοντας και προκαλώντας σύγχυση ενώ παράλληλα τα πάθη εκτροχιάζονται με την παραμικρή πρόκληση. Η πνευματική πειθαρχία απαιτεί βίο αυστηρό και λιτό, με έναν ανώτερο σκοπό στον ορίζοντα και με ολόψυχη αφοσίωση στην εργασία για την επίτευξή του.

ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ

Κανονικά ο νους θα πρέπει να είναι πλήρως συντονισμένος στη δουλειά που κάνουμε, καθώς η εργασία είναι προσκύνημα. Όταν ο νους είναι αργός, δεν πρέπει να παραμένει κενός, γιατί ***ο άδειος νους είναι το σπίτι του διαβόλου.*** Θα πρέπει να κρατιέται απασχολημένος είτε επαναλαμβάνοντας τα Πέντε Ιερά Ονόματα ή στη γλυκιά ενθύμηση του Διδασκάλου ή στο άκουσμα του Ηχητικού Ρεύματος, εάν έχει αναπτυχθεί στο σημείο που ο Ήχος να ακούγεται πάντοτε. Ωστόσο, χρειάζεται να αφιερώνεται τακτικός χρόνος στο διαλογισμό. Εάν, λόγω της πολυάσχολης ζωής σου, δεν μπορείς να αφιερώνεις τον πλήρη χρόνο, διέθεσε όσο περισσότερο χρόνο μπορείς, αλλά με τρόπο σωστό, αφοσιωμένα, με προσοχή και εγρήγορση. Αυτό είναι απαραίτητο, για να υπάρξει σταθερή και ουσιαστική Εσωτερική πρόοδος. Έτσι, σε παρακαλώ, συνέχισε όσο καλύτερα μπορείς. Η Διδάσκαλος Δύναμη άνωθεν προσφέρει όλη την απαραίτητη βοήθεια και προστασία.

Είναι πέρα από τη σφαίρα της ανθρώπινης κατανόησης να αντιληφθεί κανείς το μεγαλείο και την απεραντοσύνη του Θείου. Τα ερωτήματά σου αφορούν θέματα που εμπίπτουν στο πεδίο της νόησης, ενώ ***η πνευματικότητα ανατέλλει, όταν η διάνοια έχει ήδη σιγήσει,*** ως αποτέλεσμα της γεμάτης Αγάπη αφοσίωσης και της ευλαβικής ταπεινότητας.

Στη διάρκεια των σιωπηλών Θείων στιγμών του ιερού διαλογισμού, ο νεαρός μαθητής βρίσκεται εγγύτερα στην Πηγή της μακαριότητας και της αρμονίας και τότε, του δίδεται το σπάνιο δώρο της ορθής κατανόησης με τη Χάρη του Διδασκάλου. Η τακτική επαφή με τον Ιερό Λόγο θα σου αποκαλύψει τη θεία δόξα στην πρωταρχική ομορφιά της. Σε όλους τους μαθητές συνιστάται να ακολουθούν πάντοτε τις θείες αρετές που είναι βοηθητικές για την ομαλή και σταθερή πρόοδο στο Ιερό Μονοπάτι. Η πρόοδος είναι αργή, αλλά είναι μια σίγουρη διαδικασία.

Όπως έχει ήδη γίνει σαφές, το Εσωτερικό βλέμμα πρέπει να κρατιέται σταθερά προσηλωμένο στο κέντρο, στα φώτα ή σε οποιασδήποτε θέα βλέπεις Εσωτερικά και να γίνεται η επανάληψη των πέντε Ονομάτων νοητικά και σε διαστήματα. Όλα τα υπόλοιπα θα έρθουν από μόνα τους, με τη Χάρη του Διδασκάλου, την πρέπουσα στιγμή. Εάν δεις πρόσωπα, απλώς επανέλαβε τα πέντε Ονόματα και οι αρνητικές παρουσίες θα τρέξουν μακριά. ***Οι Εσωτερικές συμπαντικές αποκαλύψεις είναι οι Αστρικές εκφράσεις του φιλεύσπλαχνου Διδασκάλου και όταν τελικά σταθεροποιηθούν, θα εμφανιστεί και η Ακτινοβόλος μορφή Του.*** Στην αρχή, η μορφή του εμφανίζεται αραιά και που, μα αργότερα και με την πάροδο του χρόνου, θα έρχεται διαρκώς. Το μεγάλο λαμπερό μάτι που βλέπεις Εσωτερικά είναι το μάτι του Διδασκάλου και θα πρέπει, σε παρακαλώ, να το διασχίσεις με Αγάπη. Οι εσωτερικές εμπειρίες βιώνονται μόνο όταν κάποιος ξεχνά το σώμα για λίγο. Τις διάφορες μελωδίες που ακούς Εσωτερικά να έρχονται από τη δεξιά πλευρά θα πρέπει να τις ακούς με πλήρη προσοχή ενώ κάθεσαι, κατά προτίμηση, στα πόδια σου *(για μπατζάν).* Έτσι, θα καταφέρεις να ξεχωρίσεις τον ήχο της καμπάνας, το κογχύλι, τον κεραυνό, τον ήχο των τυμπάνων, το βιολί, το φλάουτο ή άλλους ανώτερους ήχους που θα πλησιάζουν ολοένα πιο κοντά και θα γίνονται δυνατότεροι, μέχρι που να ακούγονται από επάνω. Όλοι οι άλλοι ήχοι είναι κατώτερου επιπέδου και παρακαλείσαι να τους αγνοείς. Η τακτικότητα και η ακρίβεια

είναι το κλειδί για πνευματικά επιτυχημένες πρακτικές.

Αναφέρεις πως ακούς λέξεις ή φράσεις στο διαλογισμό σου που δεν μπορείς να ξεχωρίσεις ακριβώς από πού προέρχονται. Μερικές φορές κάποια αρνητική οντότητα παρεμβαίνει και δημιουργεί τέτοια ενοχλητικά φαινόμενα, αλλά τα πέντε ιερά Ονόματα είναι η σίγουρη λύση για κάθε τέτοιο ενδεχόμενο. Εάν ξανακούσεις τέτοιες φωνές, να τις προκαλέσεις να εμφανιστούν μπροστά σου κι όταν το κάνουν, να επαναλάβεις τα Ονόματα νοητικά. Εάν η μορφή παραμείνει στην επανάληψη, τότε θα είναι αληθινή θετική μορφή. Μπορείς να την ακολουθήσεις και να κάνεις αυτά που σου λέει. Εάν όμως είναι της αρνητικής δύναμης ή από κατώτερα επίπεδα, θα φύγει μακριά, καθώς καμιά τέτοια δύναμη δεν αντέχει στο Σιμράν, γιατί τα Ονόματα φέρουν τη ζωτική ώθηση του Διδασκάλου που είναι ο Κύριος και ανώτερος όλων.

Η επανάληψη των Ονομάτων κατά διαστήματα έχει σημασία και, όπως αναφέρεται και παραπάνω, προστατεύει από ανεπιθύμητους ενοχλητικούς παράγοντες που υπάρχουν στο Μονοπάτι. Βοηθά το αισθητηριακό ρεύμα (ψυχή) να ανεβεί προς τα επάνω στο Κέντρο του Οφθαλμού (Τρίτο Μάτι) δίχως πίεση από την πλευρά του νέου μαθητή. Η προσοχή πρέπει να είναι προσηλωμένη στο κέντρο αυτού που βλέπεις εμπρός σου. Εάν η νοητική επανάληψη των πέντε Ονομάτων δεν είναι συνεχής, η προσοχή θα είναι διασπασμένη. Το βλέμμα πρέπει να είναι σταθερά εστιασμένο και η επανάληψη να γίνεται κατά αραιά μικρά διαστήματα, απλώς ως προστασία ενάντια σε οποιαδήποτε αρνητική επιρροή και για να βοηθηθεί η διαδικασία της απόσυρσης από το σώμα. Ελπίζω να είμαι σαφής. Και οι δυο πρακτικές, της όρασης και της ακοής Εσωτερικά, έχουν τη δική τους μοναδική σπουδαιότητα. Οι λειτουργίες του “σιμράν”, του “ντιάν” και της “ηχητικής αρχής” είναι ξεχωριστές. Με την άσκηση της επανάληψης (σιμράν), το ρεύμα της ψυχής αποσύρεται στο Κέντρο του Οφθαλμού και το Φως ξεχύνεται μπροστά. Το “ντιάν” ή η συνεχής προσήλωση του βλέμματος στο κέντρο του φωτός επιτρέπει στον ήχο να

παραμένει εκεί και η λειτουργία του ιερού Ηχητικού Ρεύματος είναι να τραβά την ψυχή στο Υπερπέραν. Ο ιερός Σαμπντ (Λόγος) έχει εκστατική επίδραση και μπορεί να απορροφήσει την ψυχή μέσα του, οδηγώντας την στις Εσωτερικές περιοχές με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Οι πνευματικοί διαλογισμοί είναι τροφή για την ψυχή και δεν πρέπει να παραλείπονται. Μια μέρα χαμένη καθυστερεί σημαντικά την πρόοδό σου. Γι’ αυτό οι ασκήσεις πρέπει, σε παρακαλώ, να εκτελούνται με πίστη, τακτικότητα και γλυκύτητα. Έχουν σκοπό και είναι το πρώτο βήμα για να πάρουν την ψυχή σου ψηλά, πάνω από το σώμα, Εσωτερικά, στην Ακτινοβόλο μορφή του Διδασκάλου που θα σε καθοδηγεί και θα σε πηγαίνει ολοένα υψηλότερα, βήμα-βήμα, μέχρι να φτάσεις στο στόχο σου. Έτσι, θα δεις τη διαφορά μεταξύ των τελετουργιών που υπάγονται στην επικράτεια του σώματος και των αισθήσεων και εκείνου (διαλογισμός) που σε πάει πάνω από τη σωματική σου συνειδητότητα.

Όπως εξηγείται στην προηγούμενη επιστολή μου, πρέπει να υπερβείς τη σωματική σου συνειδητότητα και να ταξιδέψεις στις Ανώτερες Περιοχές. Όποτε έχεις την ευκαιρία, δεν πρέπει ούτε να φοβάσαι, ούτε να μην προσπαθείς να την υπερβείς. Η Διδάσκαλος Δύναμη είναι πάντοτε μαζί σου και είναι η Χάρη του που εργάζεται για να σε ανεβάσει ψηλά. Να νιώθεις σίγουρος πως είσαι προστατευμένος και βοηθιέσαι από τη Διδάσκαλο Δύναμη. Σου έχει δοθεί η ασπίδα των πέντε φορτισμένων Ονομάτων και επαναλαμβάνοντάς τα, καμιά δύναμη δεν μπορεί να σε βλάψει. Στη διάρκεια του διαλογισμού δεν πρέπει να σκέφτεσαι το εξωτερικό περιβάλλον ούτε και το σώμα σου. Κοίτα διαπεραστικά μέσα στο κέντρο από οτιδήποτε βλέπεις Εσωτερικά. Όταν έρχονται σκέψεις, στο σώμα νιώθουμε κνησμό κλπ. Κάθισε σε οποιαδήποτε άνετη στάση, προκειμένου να αποφεύγεις τις κράμπες.

Χαίρομαι που μαθαίνω πως αφιερώνεις χρόνο στους ιερούς διαλογισμούς με τη Χάρη του Διδασκάλου. Περιστασιακοί περίοδοι ξηρασίας, όπως και μεικτά ακαθόριστα συ-

ναισθήματα είναι αποτέλεσμα της αντίδρασης του κάρμα του παρελθόντος. Τότε ο νέος μαθητής πρέπει να επιδείξει μεγαλύτερο θάρρος και αποφασιστικότητα. Να επιμένει και να τηρεί με τακτικότητα το ιερό πρόγραμμά του. Ας σημειωθεί προς ενημέρωσή σου ότι στη διάρκεια τέτοιων περιόδων η προστασία του Διδασκάλου γίνεται ακόμα ισχυρότερη, όπως το έχεις ήδη διαισθανθεί, με τη Χάρη του. Οι ιεροί διαλογισμοί, όταν γίνονται σε πνεύμα αφοσίωσης στον Διδάσκαλο, γίνονται πιο αποδοτικοί με τη Χάρη Του. Η ειλικρινής προσευχή σου για τακτικότητα εκτιμάται. Να επιμένεις με σχολαστικότητα στις αποφάσεις σου, ανεξάρτητα από τις διαμαρτυρίες του νου και θα τα καταφέρεις με τη Χάρη Του. Σημείωσε πως ο νους απολαμβάνει τα "γνώριμα χνάρια της συνήθειας". Οι συνήθειες διαμορφώνονται, κάνοντας πράξεις με την χρήση των αισθήσεων και έχουν φύση επαναληπτική. Δική σου εργασία είναι να μετατρέψεις την τάση του νου από καθοδική σε ανοδική και όλα τα υπόλοιπα θα έρθουν από μόνα τους. Πρέπει να στρώσεις προσεκτικά τις ράγες και η πανίσχυρη μηχανή θα τρέξει πάνω τους με μεγάλη ταχύτητα και ορμή. Ας είναι ο νους σου συντονισμένος στα Ιερά Πόδια του Διδασκάλου -του Ανώτατου Οδηγού, και προσπάθησε όσο το δυνατόν καλύτερα να συμμορφώνεσαι στις Ιερές Εντολές Του.

Πρέπει να προσπαθείς να έχεις περισσότερες ημέρες άδεια. Τότε, που είχες τη διαρκή ενθύμηση του Διδασκάλου και διαλογιζόσουν για πολλές ώρες, το αποτέλεσμα ήταν ότι ευλογήθηκες να ακούς το ιερό Ηχητικό Ρεύμα να έρχεται από τη δεξιά πλευρά με τη Χάρη του Διδασκάλου. Κράτησε το Εσωτερικό σου βλέμμα σταθερά εστιασμένο, με Αγάπη, κοιτώντας διαπεραστικά στο κέντρο του σκοταδιού που βρίσκεται εμπρός σου. Κοίταζε τόσο έντονα, που να ξεχάσεις τα πάντα εκτός από Εκείνον. Εάν όλη σου η προσοχή είναι καρφωμένη σε ένα σημείο, τότε είναι πολύ φυσικό η αφοσίωση και οι ασκήσεις σου να φέρουν αποτέλεσμα και να εξελίσσεσαι από μέρα σε μέρα. Μια πειθαρχημένη εξάσκηση

και η αφοσίωση θα σε δυναμώσουν και θα σε προστατέψουν ενάντια σε όλες τις συναισθηματικές εκρήξεις και κακοτοπιές με τη Χάρη του Διδασκάλου.

ΓΕΝΙΚΑ

Ο φιλεύσπλαχνος Πατέρας πάντοτε ευαρεστείται να βλέπει τα παιδιά του να συνεργάζονται, προσφέροντας με Αγάπη υπηρεσίες στους άλλους. Η ανιδιοτελής υπηρεσία ενέχει μέσα της την επιβράβευση. Όσοι με Αγάπη υπηρετούν τους άλλους, υπηρετούν τον Ύψιστο και κερδίζουν την ευαρέσκεια του Διδασκάλου. Σε παρακαλώ, να διαβιβάσεις τις θερμότερες ευχές μου στους γονείς σου και σε όλους τους αγαπητούς.

Αναφορικά με την παρούσα κατάστασή σου: Συχνά παρεμβάλλονται κάποιες παρόμοιες περίοδοι πνευματικής ανομβρίας, λόγω της αντίδρασης του κάρμα του παρελθόντος. Όταν αυτό συμπίπτει και με τις τρέχουσες περιστάσεις, οι αγαπητοί βρίσκονται σε δίλημμα. Όπως και να είναι, η ακέραιη συμπεριφορά που βασίζεται στη θεία ηθική και μια έντονη αίσθηση βαθιάς ταπεινότητας μπορεί να λειτουργεί ως σίγουρη άγκυρα σταθερότητας ενάντια σε τέτοιους κινδύνους. Η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη που εργάζεται άνωθεν θέτει σε κίνηση όλες τις δυνάμεις της φύσης που λειτουργούν για να σώσουν το μαθητή υπό οποιεσδήποτε συνθήκες. Η έντονη επιθυμία, η θερμή παράκληση και η αφοσιωμένη προσευχή σε συνδυασμό με ειλικρινή προσπάθεια ποτέ δε θα αποτύχουν.

Δεν πρέπει να νιώθεις αναστάτωση από τη συμπεριφορά των άλλων, των οποίων η κατανόησή τους βασίζεται στην περιορισμένη προσωπική τους αντίληψη. ***Να είσαι ευγνώμων στους επικριτές σου που σε βοηθούν να βελτιωθείς ποικιλοτρόπως.*** Η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη είναι η πιο κοντινή, μόνιμη και σίγουρη συντροφιά σου. Σε παρακαλώ, εσωστρέψου και συντονίσου Εσωτερικά, για να

απολαύσεις τη θεία δόξα με τακτικούς, γεμάτους πίστη και ακρίβεια διαλογισμούς.

Φαίνεται πως είσαι υπερβολικά απορροφημένος στις εξωτερικές υποθέσεις σου και αδυνατείς να διαλογιστείς με ακρίβεια, τακτικότητα και πίστη. Παρόλα αυτά, χαίρομαι για τις προσπάθειές σου και που ευλογείσαι με θείες αποκαλύψεις στους ιερούς διαλογισμούς σου με τη Χάρη του Διδασκάλου. Σε παρακαλώ, να είσαι πιο ακριβής και σταθερός για να έχεις περαιτέρω πρόοδο.

Δεν απαγορεύεται να φοράς δερμάτινα παπούτσια. Ωστόσο η κατανάλωση αυγών, γονιμοποιημένων ή μη, απαγορεύεται αυστηρότατα, γιατί φουντώνει τις σαρκικές επιθυμίες και αυτό δημιουργεί νέο καρμικό χρέος. Η κατανάλωση αυγών είναι επιζήμια για την πνευματική πρόοδο, γι' αυτό πρέπει να αποφεύγεται επιμελώς. Τα δερμάτινα παπούτσια γίνονται από δέρματα που προέρχονται από πεθαμένα ζώα και για αυτό το λόγο δε σε δεσμεύουν καρμικά. Το τάισμα κατοικίδιων με κρέας πρέπει, επίσης, να αποφεύγεται, επειδή επηρεάζει την πνευματική σου πρόοδο.

Η εξομολόγηση είναι μια καλή Χριστιανική παράδοση που αποσκοπεί στο: "Μην αμαρτάνεις πλέον". Για τον ίδιο σκοπό έχει δοθεί στους μαθητές το ημερολόγιο αυτοενδοσκόπησης. Τα αμαρτήματα μπορούν να συγχωρεθούν από τον Θεό ή από τον Θεάνθρωπο, τον Διδάσκαλο. Εάν ο ιερέας έχει εξελιχθεί ως το επίπεδο του Θεανθρώπου τότε είναι κάτι άλλο, ειδάλλως το ζήτημα είναι προφανώς αμφίβολο. Ο Διδάσκαλος είναι ο πόλος μέσα από τον οποίο εργάζεται ο Θεός. Εκείνος εξουδετερώνει τα αποτελέσματα του Κάρμα, κάνοντας τον μαθητή να φτάσει πάνω από τη σωματική συνειδητότητα και να έρθει σε επαφή με το Φως του Θεού και το Ηχητικό Ρεύμα. Όταν επιτευχθεί αυτό, δεν έχει πλέον εγωισμό και έτσι γίνεται συνειδητός στο Θείο Σχέδιο. Ο αρμόδιος Διδάσκαλος αναλαμβάνει από την ώρα της μύησης όλο το λογαριασμό του Κάρμα του μαθητή και εργάζεται για να τον περατώσει προς μέγιστο όφελος του μαθητή. Η ψυχή ενός μαθητή πάει ψηλά,

σε μέρος αντίστοιχο με τα πνευματικά του επιτεύγματα. Εάν κάποιος δεν καταφέρει να αναπτυχθεί Εσωτερικά στη διάρκεια της ζωής του, ξαναέρχεται με την ανθρώπινη μορφή ώστε να εργαστεί για την ανύψωσή του. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η πρόοδος στη διάρκεια της ζωής είναι τόσο απαραίτητη. Πρέπει να προοδεύσουμε όσο έχουμε καιρό. Κανείς δεν μπορεί να έχει τίποτα άλλο εκτός από πόνο και δυστυχία από μια ζωή παραδομένη στις αισθήσεις.

Όσον αφορά τις ερωτήσεις σου:

Η μύηση από τον Ιησού Χριστό στο Witsen tide. Μου είπαν πως αυτό είναι μια τελετή στην Καθολική Εκκλησία όπου ο ιερέας αναλαμβάνει τον ρόλο του Ιησού και πραγματοποιεί ένα τελετουργικό μύησης. Εάν γίνεται έτσι, τότε η μύηση αυτή δεν γίνεται από τον Ιησού. Εάν μπορούσες να μου γράψεις περισσότερες λεπτομέρειες για το θέμα, ευχαρίστως θα το σχολίαζα.

Η θετική και η αρνητική δύναμη είναι οι δυο πλευρές του Απολύτου και αντλούν δύναμη από Εκείνον. Οι λειτουργίες των δυο αυτών δυνάμεων είναι διαφορετικές- η πρώτη για την εσωστροφή πέρα από τις αισθήσεις, ενώ η άλλη για εξωστροφή. Ο Διδάσκαλος ανώτατης βαθμίδος μυεί τις ψυχές στα Μυστήρια του Υπερπέραν, για να προχωρήσουν πίσω στον Αληθινό Οίκο του Πατρός. Η Αποστολή του είναι αμιγώς πνευματική και βασίζεται στην ηθική διαβίωση. Η Αρνητική δύναμη είναι η *ελέγχουσα δύναμη* αυτού του επιπέδου και απαιτεί τη ρύθμιση μέχρι και της τελευταίας δεκάρας, σύμφωνα με το νόμο του Κάρμα. Οι μαθητές συμβουλεύονται, για δικό τους πνευματικό όφελος, να τηρούν τις Ιερές Εντολές ώστε να κάνουν το λιγότερο δυνατό κάρμα. Συντονίζοντας τους εαυτούς τους με το Ιερό Νάαμ Εσωτερικά, μπορούν να αποφύγουν αυτό το βάρος, αν αφεθούν στη Θέλησή και την Ευαρέσκειά Του. Κάθε απόλαυση έχει το τίμημά της - αυτός είναι ο Νόμος αυτής της δυνάμεως. Οι πνευματικοί αναζητητές πρέπει να ρυθμίσουν τις ζωές τους με αυστηρή πνευματική πειθαρχία και να έχουν ενάρετο, Θείο βίο.

Ο Ζωντανός Διδάσκαλος είναι η προσωποποίηση της Αγάπης κι από φιλευσπλαχνία προσεύχεται για την ευημερία και το πνευματικό όφελος όλης της Δημιουργίας, κάτω από το Θέλημα του Κυρίου. Η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη εκδηλώνεται στον επιλεγμένο ανθρώπινο πόλο, στον Διδάσκαλο. Με σταδιακή αφύπνιση, ο νεαρός μαθητής λαμβάνει το ιερό δώρο της σωστής κατανόησης, ότι η Θεία Δύναμη λειτουργεί μέσα στον Διδάσκαλο. Στο ανθρώπινο επίπεδο ίσως Εκείνος να φαίνεται περιορισμένος, αλλά στο πνευματικό είναι άπειρος και απεριόριστος, όπως ο ίδιος ο Θεός. Παρόμοιο ερώτημα είχε τεθεί κάποτε στον Διδάσκαλό μου Χαζούρ Σαουάν, ο οποίος με ευγένεια και έλεος του απάντησε: «Απλώς θεώρησε τον Διδάσκαλο ως φίλο σου, μεγαλύτερο αδερφό ή πατέρα σου και εργάσου σύμφωνα με τις οδηγίες του. Όταν δεις τη δόξα και το μεγαλείο Του Εσωτερικά στις περιοχές του Υπερπέραν, τότε μπορείς να Τον αποκαλείς με όποιο όνομα προτιμάς». Αυτή είναι η απάντηση και στη δική σου ερώτηση. Ο Ζωντανός Διδάσκαλος είναι η ενσάρκωση της Θετικής Δύναμης και συνοδεύει τις ψυχές πίσω στον Αληθινό τους Οίκο.

Τι είναι η ζωή; Μια σειρά από παύσεις.

Τι είναι η ευτυχία; Απλώς, η προσαρμογή στο περιβάλλον που τοποθετείται κάποιος.

Να γνωρίζεις με βεβαιότητα πως η ζωή ενός μαθητή ελέγχεται πλήρως από τη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη για την πνευματική του πρόοδο. Όσοι απολαμβάνουν να διαλογίζονται τακτικά, καλλιεργούν μέσα τους μια έντονη αίσθηση αυταπάρνησης και παραδίδοντας τη θέλησή τους στη Θεία Θέληση του Διδασκάλου, απολαμβάνουν διαρκή μακαριότητα και αρμονία. Οτιδήποτε σου συμβαίνει είναι μια κεκαλυμμένη ευλογία και πρέπει να την αποδέχεσαι με χαρά. Να αποφεύγεις τη βιασύνη και την ανησυχία. Αντί για αυτό, απλώς μάθε να κάνεις μόνο ένα πράγμα κι αυτό να γίνεται με απόλυτη προσοχή και αφοσίωση. Όλη η μακαριότητα και η χαρά βρίσκεται στην εστιασμένη προσοχή στο Τρίτο Μάτι. Εάν ασκηθείς σε αυτή την τεχνική, όλη σου η ζωή θα αλλάξει και θα βαφτεί με

το χρώμα της θειότητας με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Κανένας μαθητής δεν μπορεί να πάρει πάνω του το κάρμα άλλου μαθητή. Φυσικά, εάν κάποιος βρίσκεται κοντά σε ένα άτομο στοργικό, οι τρυφεροί τρόποι του τού προσφέρουν ανάταση. Όμως, οι σκέψεις που ακτινοβολεί ένα άτομο με χαμηλότερες ροπές τον τραβούν προς τα κάτω και είναι πιθανόν να επιδρούν στη ζωή του, εκτός κι αν ο τελευταίος έχει αναπτυχθεί επαρκώς και δεν επηρεάζεται. Θεώρησε πως οποιοδήποτε καλό προκύψει από εσένα προς άλλους οφείλεται στον Διδάσκαλο, ενώ εσύ δεν είσαι παρά μια μαριονέτα στα χέρια του.

Οι συγγενείς των μυημένων λαμβάνουν βοήθεια από τη Διδάσκαλο Δύναμη, σε αναλογία με την Αγάπη που έχει ο μαθητής προς τον Διδάσκαλο και ανάλογα με την Αγάπη που έχουν οι συγγενείς για το μαθητή. Ακόμα και οι ψυχές που έχουν φύγει από το υλικό επίπεδο λαμβάνουν τη δυνατή βοήθεια, με τον τρόπο που μόλις αναφέρθηκε.

Η ανησυχία και η βιασύνη είναι οι κύριες αιτίες της λειτουργίας του νου. Εάν μπορούσες απλώς να εξαλείψεις αυτά τα δυο, παραδιδόμενος στη Θεία Θέληση και την Ευαρέσκεια της φιλεύσπλαχνης Διδασκάλου Δυνάμεως που εργάζεται άνωθεν, θα είχες απαλλαχθεί από την υπερβολική πίεση και το άγχος. Σε παρακαλώ, σημείωσε πως οτιδήποτε σου συμβαίνει είναι για το ανώτερο πνευματικό σου όφελος. Για να γίνεις ένα κατάλληλο δοχείο για τη Θεία Χάρη, επιβάλλεται να αποκτήσεις ένα αίσθημα αυταπάρνησης και παραίτησης, χωρίς να παρεμβάλλεται ο νους. Όσο πιο χαλαρός και δεκτικός είσαι και καταφέρνεις να αφήνεσαι, τόσο περισσότερη άσβεστη μακαριότητα και αρμονία θα σου αναλογεί. Απλώς ανέβα ψηλά, στη γεμάτη Αγάπη Αγκαλιά της Διδασκάλου Δύναμης, θεωρώντας τον εαυτό σου παιδί που υιοθετεί τη ρήση «Το Θέλημά Σου, Κύριε, όχι η δική μου θέληση». Η βαθύτατη ευγνωμοσύνη σου για τις πολλαπλές σου ευλογίες είναι κάτι καλό και εκτιμάται.

Δε χρειάζεται να αναλύεις πολύ το χαρακτήρα σου ή τις

ακαθαρσίες του νου, γιατί αυτό οδηγεί σε μεμψιμοιρία. Ποτίζοντας το νεαρό φυτό στις ρίζες, θα ευδοκιμήσει περισσότερο και θα ανθίζει σε αφθονία. Το ιερό Νάαμ είναι η δοκιμασμένη πανάκεια για όλα τα δεινά του νου. Αν και είναι ένας πολύ καλός οιωνός το να αντιλαμβάνεται κάποιος τις ατέλειές του, η αδικαιολόγητη ανησυχία μερικές φορές φέρνει νοσηρότητα η οποία εμποδίζει την Εσωτερική πρόοδο. Οι συνειδητές επαφές με το θείο Εσωτερικά αλλάζουν επαναστατικά τον τρόπο σκέψης του νεαρού μαθητή και έτσι, εκλαμβάνει τα πάντα με πολύ καθαρότερη αντίληψη. Αργά και σταθερά κερδίζεται ο αγώνας. Η δουλειά σου είναι να είσαι σιωπηρά υπάκουος και ταπεινά αφοσιωμένος. Εναπόκειται σε Εκείνον να σε ανταμείψει για τις προσπάθειές σου. Η υπομονή είναι η ευγενέστερη αρετή, αλλά είναι καρπός πολύ μακροχρόνιας καλλιέργειας. Απλώς μάθε να ζεις στο ζωντανό παρόν, με αμέριστη προσοχή και αφοσίωση. Πρέπει να εκπαιδεύσεις το νου σου με τέτοιο τρόπο, που όταν κάνεις οτιδήποτε σου ζητείται, να μην υπάρχει βιασύνη, καταναγκασμός ή δυσαρέσκεια από την πλευρά σου. Θα δεις πως θα σε βοηθήσει σε όλους τους τομείς τις ζωής σου, συμπεριλαμβανομένου και του διαλογισμού. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σου.

Εκτιμώ τη βαθιά ευγνωμοσύνη σου για το σπάνιο δώρο της θείας Αγάπης του Διδασκάλου με το οποίο έχεις ευλογηθεί. Η Αγάπη υπερνικά όλες τι δυσκολίες και ανοίγει νέους ορίζοντες Θείας δόξας. Μου είσαι τόσο αγαπητός και σου εύχομαι κάθε πνευματική πρόοδο. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σας και με τα παιδιά σας. Η Αγάπη είναι η συντομότερη οδός για την πνευματική μακαριότητα. Είναι το ευγενές, καλό συναίσθημα του Διδασκάλου που όταν τραφεί σωστά από τους αγαπητούς, με σταδιακή αφομοίωση, ξεριζώνει όλες τις ατέλειες και τις ελλείψεις.

Σε παρακαλώ, μην προσπαθείς να πολεμάς τα πράγματα, γιατί η πάλη πάντοτε καταλήγει σε εξάντληση. Απλώς κάνε το καλύτερο που μπορείς και άσε τα υπόλοιπα στον Διδάσκαλο. Η Δύναμη και η Χάρη Του είναι φοβερά ισχυρές και θα σε

βοηθήσει σε όλες σου τις δυσκολίες.

Όσον αφορά την εργασία σου για τον ιερό σκοπό, γνώριζε με βεβαιότητα πως η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη έχει το δικό της τέλειο τρόπο θείας απονομής. Εκείνος μπορεί να πάρει εργασία από όλους όσοι προσφέρονται με Αγάπη. Μπορείς να ανατρέξεις στις εγκύκλιούς μου της 6ης Ιουνίου 1967 και του Νοεμβρίου 1967 όπου όλα αυτά έχουν αναλυθεί διεξοδικά. *Η κατάθλιψη και η απελπισία αναπτύσσονται σε εγωιστικές καρδιές*. Εάν ενσταλάξεις μέσα σου μια έντονη αίσθηση ταπεινότητας, με αυταπάρνηση και αυτοπαράδοση, θα απολαύσεις περισσότερη άσβεστη μακαριότητα και αρμονία. Η ταπεινότητα είναι στερεή άγκυρα για τους αγαπητούς. Αυτός είναι ο τρόπος των Αγίων που εργάζονται στο υλικό επίπεδο και λειτουργούν, φυλάσσοντας τη θειότητά τους κρυφή από το δημόσιο βλέμμα. Είναι πραγματικά ασφαλές και μεγαλειώδες το να εργάζεται ταπεινά κάποιος για λογαριασμό του Διδασκάλου, δίνοντας όλα τα εύσημα σε Εκείνον. Είσαι η ζωντανή μαρτυρία της ιερής αλήθειας, τού πόσο γενναιόδωρα ανταμείβεται κάποιος, όταν εργάζεται για τον Διδάσκαλο για να κατευθύνει τη Θεία Χάρη. Η χρυσή αρχή του να αποδίδεις κάθε επιτυχία στην Διδάσκαλο Δύναμη και όλες τις αποτυχίες στις προσωπικές σου αδυναμίες, ώστε να τις υπερβείς σταδιακά, θα πρέπει να ακολουθείται με Αγάπη. Ο εγωισμός είναι ανθρώπινο στοιχείο. Εξαλείφεται σιγά-σιγά με το διαλογισμό στο Ηχητικό Ρεύμα και στο Φως. Σταδιακά, θα καταλάβεις πως δεν είσαι παρά μια κούκλα στα χέρια της Θείας Δύναμης και χορεύεις στη θέλησή Του. Σχετικά μπορείς να ανατρέξεις στο εορταστικό μήνυμα για τα γενέθλια του Μπάμπα Σαουάν Σινγκ.

Υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που δημιουργούν τις αμφιβολίες και το σκεπτικισμό, εξαιτίας των οποίων οι αγαπητοί παρεκκλίνουν ή εγκαταλείπουν το Μονοπάτι. Ο κύριος λόγος είναι η έλλειψη αποφασιστικότητας και σιωπηρής υπακοής στις εντολές. Η έμφαση στην αρχική εμπειρία δίνεται απλώς για να δοκιμαστεί η αρμοδιότητα και η γνησιότητα του Διδα-

σκάλου, με το να μπορέσει να έχει κάποιος μια πρώτο χέρι Εσωτερική εμπειρία του ιερού Νάαμ στη μύηση. Εάν ο αναζητητής έχει εμπειρία, έστω και τη μικρότερη για αρχή, πολύ περισσότερα μπορούν να αναμένονται με τον καιρό, μετά από συστηματική εξάσκηση. Η τέλεια μαθητεία είναι μια σπάνια ευλογία που εξελίσσεται σε λιγοστούς που όχι μόνο εργάζονται επιμελώς για την πνευματική πρόοδό τους αλλά και παραδίδουν τα πάντα στα ιερά Πόδια του Διδασκάλου. ***Είναι ευκολότερο να διαλογίζεται κανείς καθημερινά και συστηματικά, να συμμορφώνεται με τις διατροφικές οδηγίες και ακόμα να τηρεί τις εξωτερικές πειθαρχίες, παρά το να εντυπωθεί στον νου του μια αίσθηση απόλυτης αυτοπαράδοσης. Αυτό είναι κάτι εξαιρετικά δύσκολο.***

Χαίρομαι που απολαμβάνεις τη γλυκιά παρέα των αγαπητών Χ και Ω. Ο αγαθός Πατέρας είναι πάντοτε ευτυχής να βλέπει τα αγαπημένα παιδιά του να μοιράζονται τις λύπες και τις χαρές τους. Θα σας παρακαλούσα να εμπλουτίσετε περισσότερο τις ζωές σας, με το να πασχίζετε να εξοικονομείτε κάποιες συγκεκριμένες ώρες για τους ιερούς διαλογισμούς και να κάθεστε όλοι μαζί να μοιράζεστε τη Χάρη σε αυξανόμενες χρονικές περιόδους.

Ένας μαθητής πρέπει να είναι προσεκτικός με τις εξωτερικές του συναλλαγές. Χρειάζεται να προφυλάσσεται από αρνητικές συναναστροφές, για να μην κολλήσει το μικρόβιο των χαμερπών σκέψεων από άλλους ανθρώπους. Επίσης, να είναι τακτικά αφοσιωμένος στους διαλογισμούς του με Αγάπη, πίστη και σοβαρότητα. Με αυτό τον τρόπο, θα αναπτυχθεί από μέρα σε μέρα και με τον καιρό, θα γίνει αρκετά δυνατός, ώστε να ακτινοβολεί γεμάτες Αγάπη σκέψεις και να επηρεάζει τους άλλους. Οι νέοι βλαστοί χρειάζονται φροντίδα μέχρι να αναπτυχθούν σε μεγάλα δέντρα. Για αυτό, σε παρακαλώ, παράμενε αφοσιωμένος στους διαλογισμούς και απομάκρυνε τις αδυναμίες μία προς μία. Η Διδάσκαλος Δύναμη θα σου παρέχει κάθε δυνατή βοήθεια και Χάρη. Η Διδάσκαλος Δύναμη ουδέποτε εγκαταλείπει τα παιδιά της και εργάζεται συνεχώς

προς το πνευματικό τους όφελος.

Εκτιμώ τη γεμάτη Αγάπη αφοσίωσή σου και τις φιλοδοξίες σου να απολαύσεις την προσωπική αύρα του Διδασκάλου. Είσαι τυχερός που έχεις ευλογηθεί με ένα τόσο μοναδικό θείο δώρο από τον Διδάσκαλο. Η γλυκιά σου ανάμνηση είναι ακόμα νωπή και εύχομαι η αγαπητή γυναίκα και το αξιολάτρευτο παιδάκι σου να προοδεύσουν πνευματικά. Μετάφερέ τους την Αγάπη μου.

Σε διαβεβαιώνω πως σε έχω στο μυαλό μου. Είναι ευλογημένη η καρδιά που μαραζώνει για τον Διδάσκαλο. Σπάνιες ευγενείς αρετές αναπτύσσονται με τον καιρό σε τέτοιες ευγνώμονες καρδιές και γεμίζουν τη ζωή με άφατη μακαριότητα και αρμονία. Ένα συναρπαστικό συναίσθημα Αγάπης και αφοσίωσης βοηθά πολύ στο να ευλογηθεί ο μαθητής με εκστατική θεία μέθη.

Ερώτηση: ο Ιησούς είχε ζωντανό Διδάσκαλο;

Όσον αφορά το αν ο Ιησούς είχε Ζωντανό Διδάσκαλο "ιστορικά" δεν είναι ξεκάθαρο. Υπάρχουν ενδείξεις πως έζησε στην Ινδία για αρκετό χρονικό διάστημα. Η Βίβλος γράφτηκε πολύ αργότερα, αφότου εκείνος είχε εγκαταλείψει το υλικό επίπεδο. Τα λόγια του, όπως είναι γνωστά σήμερα, καταγράφηκαν από στοιχεία που ήταν διαθέσιμα τότε και το ***εάν υπήρξαν παρεμβολές στα "τότε κείμενα" δεν είναι γνωστό.*** Η Βίβλος λέει: «Ο Υιός γνωρίζει τον Πατέρα και αυτός στον οποίον ο Υιός θελήσει να Τον αποκαλύψει». Όλοι οι Διδάσκαλοι είναι υιοί Του. Ο Ιησούς είπε: «Εγώ και ο Πατέρας είμαστε ένα», όπως και άλλοι άγιοι είπαν το ίδιο. «Ο Υιός και ο Πατέρας "έχουν βαφτεί με το ίδιο χρώμα". Σας στέλνω τον Υιό μου στον κόσμο, για να φέρει τους ανθρώπους στον ίσιο δρόμο» κλπ. Επίσης: «Κανείς δεν είδε τον Πατέρα παρά μόνο μέσω του Υιού». Δεν υπάρχει καμία αμφιβολία πως κάθε άνθρωπος έχει το υπόβαθρό του και ***κάποιοι Διδάσκαλοι ήρθαν ήδη έτοιμοι, ενώ άλλοι ίσως έγιναν τέλειοι Διδάσκαλοι εδώ.*** Φυσικά, ήταν πάρα πολύ προχωρημένοι. Προφανώς οι πνευ-

ματικοί άνθρωποι αναζητούν τη συντροφιά πνευματικών ανθρώπων, αν και η ιστορία δε μας το διευκρινίζει αυτό. Το ότι ο άνθρωπος είναι ο δάσκαλος του ανθρώπου είναι ένας γενικός κανόνας. Ο θεμελιώδης νόμος της φύσης για να ανάψει ένα κερί είναι παγκόσμιος.

Στον πρόλογο του Ευαγγελίου του Ιωάννη των Εσσαίων, που έχει εκδοθεί από την Σχολή των Εσσαίων στο Life-Tecate της Καλιφόρνια, υπάρχει μια ένδειξη πως τα πλήρη χειρόγραφα με τους αυθεντικούς λόγους του Ιησού και του αγαπημένου του μαθητή Ιωάννη υπάρχουν στην Αραμαϊκή (τη γλώσσα που μιλούσε ο Ιησούς) και βρίσκονται στη βιβλιοθήκη του Βατικανού και στην αρχαία πρωτότυπη μορφή τους στη Βασιλική Βιβλιοθήκη των Αψβούργων (τώρα στην κυριότητα της Αυστριακής Κυβέρνησης).

Για ένα μαθητή, ο Διδάσκαλος δεν είναι ούτε δύσκολος ούτε περίπλοκος. Χρειάζεται να αναπτυχθεί Εσωτερικά, στο σημείο που να μπορεί ακόμα και να συναντήσει τον Ιησού και ακόμα να φτάσει στον αληθινό Του Οίκο.

«Μακάριοι είναι αυτοί που ακολουθούν».

ΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΕΙΝΑΙ ΑΠΟΣΠΑΣΜΑΤΑ ΑΠΟ ΟΜΙΛΙΕΣ ΤΟΥ ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΥ ΣΤΗΝ ΙΝΔΙΑ

Δελχί, 14 Σεπτεμβρίου 1967

«Να κοιτάζετε τον εαυτό σας και όχι τους άλλους. Αναρωτηθείτε σε ποιο στάδιο βρίσκεστε. Το να έχετε έναν Τέλειο Διδάσκαλο δεν είναι αρκετό. Πρέπει να έχετε Αγάπη, αφοσίωση και πίστη. Πρέπει να αφιερώνετε χρόνο και να κρατάτε το ημερολόγιο. Μην κρίνετε τους άλλους. Μην κάνετε επίδειξη και μη μιλάτε. Κάντε τη δουλειά σας. Μη σκέφτεστε τους άλλους. Μη σκέφτεστε για το παρελθόν. Απλώς αρχίστε σήμερα. Εάν όλοι εδώ ξεκινούσαν σήμερα, σε δυο τρείς μήνες θα είχαν

αλλάξει. Μην εμπλέκεστε με άλλους. Να έχετε το μυαλό σας στον Διδάσκαλο. Μην αφήνετε το νου σας να περιφέρεται. Όταν βλέπετε ή ακούτε τον Διδάσκαλο, παίρνετε την φόρτισή του. Μην το σκορπίζετε αυτό, μιλώντας και χαζεύοντας. Κάντε το διαλογισμό σας».

Δελχί, 15 Σεπτεμβρίου. Πρωί στο υπόστεγο.

«Οι κλέφτες κάνουν τη δουλειά τους τη νύχτα. Πρέπει και εμείς να αξιοποιούμε τη νύχτα. Να είστε πολύ ακριβείς στους διαλογισμούς σας. Οι άνθρωποι έρχονται και μου λένε πως δεν κάνουν πρόοδο, αλλά στην πραγματικότητα δεν προσπαθούν. Κρατήστε το βλέμμα σας στο κέντρο. Μην έχετε εγκόσμιες σκέψεις. Πρέπει να εγκαταλείψετε τις προσκολλήσεις και τον εγωισμό. Έχετε μόνο μια ίντσα να διανύσετε μέχρι την έδρα της ψυχής, στο πίσω μέρος των ματιών, και πάλι δυσκολεύεστε τόσο πολύ. Όσοι έχουν κοιτάξει τον Διδάσκαλο με Αγάπη και αφοσίωση έστω μια φορά είναι πάρα πολύ ευλογημένοι. Αγαπήστε τον Διδάσκαλο και τίποτα άλλο. Εάν έχετε προσκολληθεί στον Διδάσκαλο, τότε δε θα ξαναγυρίσετε εδώ. Σημειώστε και πράξτε, όπως σας υποδεικνύει ο Διδάσκαλος. Εάν αφεθείτε τελείως στα Χέρια του Θεού, Εκείνος σίγουρα θα σας φροντίσει.

Ένας άνθρωπος πήγε στη ζούγκλα και για 12 χρόνια κρεμάστηκε ανάποδα με σιδερένιες αλυσίδες, μέσα σε ένα πηγάδι. Ένας αγρότης ήρθε και τον ρώτησε: «Τι κάνεις;» «Περιμένω τον Θεό.» Ο αγρότης είπε: «Ω, αυτό, λοιπόν, πρέπει να κάνει κάποιος για να βρει τον Θεό.» Και γρήγορα έτρεξε να φτιάξει ένα σκοινί από χορτάρια. Αν και το σκοινί ήταν τόσο αδύναμο, κρεμάστηκε και αυτός σε κοντινό πηγάδι. Σε δέκα λεπτά, ο αγρότης ρώτησε τον άλλον: «Ήρθε ο Θεός σου;» «Όχι.» «Ω, ο δικός μου ήρθε» είπε ο αγρότης. «Τι;» είπε ο άλλος. «Πώς μπορεί να γίνει αυτό μετά από μόλις δέκα λεπτά; Εγώ βρίσκομαι εδώ δώδεκα χρόνια.» Ο αγρότης δεν είχε σιδερένιες αλυσίδες, αλλά είχε πλήρη πίστη στον Θεό, μιας

και έμαθε τον τρόπο να Τον φτάσει, χωρίς να νοιάζεται για τη ζωή του.

Ο Καμπίρ λέει: «Όποιος βρήκε τον Θεό, το κατάφερε κλαίγοντας όλη τη νύχτα. Όταν κάθεστε σε διαλογισμό, πρέπει να έχετε δάκρυα στα μάτια από αφοσίωση και λαχτάρα. Πάντοτε να έχετε τέτοια ενθύμηση του Θεού».

Απάντηση σε ερώτηση σχετικά με την ακρίβεια προφητών, όπως ο Έντγκαρ Κέης (Edgar Cayce)

Σε παρακαλώ, μην ασχολείσαι με προφητείες, καθώς αυτές είναι κάποιες συλλήψεις που δημιουργούνται από ορισμένους νόες, λόγω της σοφιστείας τους. Η μοίρα της ανθρωπότητας ελέγχεται από τη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη. Οι αγαπητοί που έχουν γίνει δεκτοί και έχουν έρθει στο δρόμο που οδηγεί πίσω στον Θεό, μέσω της ιερής μύησης στα μυστήρια του Υπερπέραν, δεν χρειάζεται να έχουν κανέναν φόβο για τέτοια ζητήματα. Όλη η εφικτή ευγενής προστασία παρέχεται σε εκείνους, σε οποιοδήποτε ενδεχόμενο ή περίπτωση. Μπορείς να διαβιβάσεις αυτό το κομματάκι ορθής κατανόησης σε εκείνους που αναζητούν τη συμβουλή σου σε αυτό το θέμα.

ΥΠΟΘΕΣΕΙΣ ΤΟΥ ΣΑΤΣΑΝΓΚ

Οι δωρεές από μη μαθητές δεν πρέπει να γίνονται δεκτές. Ωστόσο, εάν επιμένουν, μπορείτε να δώσετε ως αντάλλαγμα τα ιερά βιβλία που θα τους ωφελήσουν πνευματικά. Οι εθελοντικές εισφορές από τους μαθητές πρέπει να καταγράφονται προσεκτικά, για λογιστικούς λόγους.

Είναι ατυχές το γεγονός ότι οι αγαπητοί καταφεύγουν σε διάφορους ισχυρισμούς, για να έρχονται στα Σάτσανγκ αργοπορημένα. Σε παρακαλώ, να έχεις περισσότερη υπομονή με αυτούς και συνέχισε τις προσπάθειές σου με ακόμα μεγαλύτερη νηφαλιότητα.

Σε παρακαλώ, να έχεις μεγαλύτερη υπομονή με όσους έρχονται αργοπορημένα και να ακτινοβολείς σκέψεις γεμάτες Αγάπη και καλές προθέσεις για την πνευματική τους πρόοδο. Όλοι οι αγαπητοί πρέπει να γνωρίζουν με βεβαιότητα πως είναι υποχρεωτικό από την πλευρά τους να διατηρούν την ευπρέπεια του χώρου, με το να κάθονται σιωπηλά, σε πλήρη γαλήνη, που θα τους ευλογήσει με μεγαλύτερη Εσωτερική ειρήνη και Θεία Χάρη από τον Διδάσκαλο.

ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ και ΔΙΑΝΟΗΣΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΣΜΟΣ - ΑΦΟΣΙΩΣΗ και ΑΛΗΘΙΝΗ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ

Οι φιλοσοφίες ασχολούνται με θεωρίες, ενώ ο μυστικισμός αφορά την πραγματικότητα. Οι Διδάσκαλοι δέχονται τις θεωρίες μέσα στην επικράτεια του νου, ενώ την πνευματικότητα τη θεωρούν ως την "Επιστήμη της ψυχής".

Πρόσεξα τις παρατηρήσεις σου για τις ομιλίες του Σάτσανγκ, ότι δε βρίσκεις διανοητική τροφή σε αυτές τις συναντήσεις. Σημείωσε, σε παρακαλώ, το εξής: η πνευματική πρόοδος, που σημαίνει Εσωτερική ανάπτυξη της συνειδητότητας, μακράν υπερβαίνει τα νοητικά επιτεύγματα της διανοητικής τροφής στα οποία αναφέρεσαι. Υπάρχει τεράστια διαφορά μεταξύ νου και καρδιάς. Πεμπτουσία της ανώτερης πνευματικής ζωής είναι η Αγάπη για τον Θεό και αυτή αναπτύσσεται σε μια καρδιά γεμάτη με ευγενείς αρετές.

Το Μονοπάτι των Διδασκάλων, γνωστό ως Σούρατ Σαμπτ Γιόγκα, δεν πρέπει να συγχέεται με την Μπάκτι Γιόγκα, που περιορίζεται στα συναισθήματα. ***Συμπεράσματα, αισθήματα και συναισθήματα υπόκεινται όλα στην πιθανότητα του λάθους. Το να δει κανείς είναι πάνω απ' όλα.*** Το Μονοπάτι αυτό είναι πρακτικό. Αν δε ζεις μια ζωή καθαρή και αγνή, όπως περιγράφεται στο φυλλάδιο "Επτά μονοπάτια προς την Τελειότητα", δε θα αναπτυχθεί η πνευματική πλευρά της φύσης σου

που στην παρούσα φάση βρίσκεται σε λανθάνουσα κατάσταση μέσα σου. Ελπίζω να αντιλαμβάνεσαι πως πρέπει πρώτα να γνωρίσεις σε βάθος τα διδάγματα του Μονοπατιού το οποίο διαβαίνεις, πριν να ψάξεις κάπου αλλού για κάτι άλλο. Όταν ζεις την πνευματική ζωή με πρακτικό τρόπο, που σημαίνει να υπερβαίνεις τη σωματική σου συνειδητότητα και να συναντάς την Ακτινοβόλο μορφή του Διδασκάλου Εσωτερικά, τότε θα αρχίσεις να διακρίνεις πως η αγνή Μπάκτι αρχίζει μόνο, όταν κάποιος έχει παραδώσει τον νου και τη διάνοια στον Διδάσκαλο και υπακούει τυφλά στις εντολές Του. «Εάν με αγαπάτε, τηρείτε τις εντολές μου» είπε ο Ιησούς Χριστός. Ο Θεός είναι Αγάπη και μπορούμε να Τον λατρέψουμε αληθινά μόνο με την Αγάπη. Αλλά αυτή η Αγάπη δεν αφορά συναισθήματα. Είναι μια Αγάπη απόλυτης αυτοπαράδοσης και όντας τέτοια, απαιτεί πειθαρχία και υπακοή. Ελπίζω ότι τώρα αντιλαμβάνεσαι τι σημαίνει Μπάκτι στην αγνή, πρωταρχική μορφή της.

Είναι ορθή η παραδοχή σου πως το Μονοπάτι των Διδασκάλων είναι ένα μονοπάτι αληθινής Μπάκτι. Το μαργαριτάρι της θείας γνώσης μπορεί να διατηρηθεί ασφαλές μέσα στο όστρακο της Μπάκτι, που σημαίνει τρυφερή αφοσίωση. Η Μπάκτι στην καθαρή και πρωταρχική της μορφή είναι Θεία Αγάπη.

ΠΟΝΟΣ ΚΑΙ ΒΑΣΑΝΑ

Σωματικές και νοητικές ενοχλήσεις προκαλούνται ως αντίδραση του περασμένου Κάρμα που πρέπει να το περάσουμε με πνεύμα καρτερικότητας. Η αφοσίωση που είναι γεμάτη Αγάπη και η βαθιά ταπεινότητα υπερνικά όλες τις δυσκολίες. Οι δοκιμασίες και οι ταλαιπωρίες της ζωής στη γη είναι απλώς περαστικές φάσεις στο θέατρο της ζωής. Σε διαβεβαιώνω πως η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σας.

Λυπάμαι για τους σωματικούς πόνους και τα δεινά που χρειάστηκε να υποστείς στη διάρκεια των τελευταίων μηνών.

Τέτοιες ταλαιπωρίες προκύπτουν ως αντίδραση του παρελθόντος Κάρμα. Όπως και να έχει, η σοβαρότητα και η διάρκειά τους έχει ελαττωθεί σημαντικά με τη Χάρη της Διδασκάλου Δύναμης. Η αίσθηση αντοχής και η βαθύτατη ευγνωμοσύνη σου που απολαμβάνεις την φιλεύσπλαχνη προστασία εκτιμάται. Εκείνος είναι πάντοτε κοντά σου, προσφέροντάς σου την εφικτή βοήθεια και προστασία.

Χαίρομαι που μαθαίνω πως μπορούσες να αποκόπτεσαι από το σωματικό πόνο και έτσι επέτρεψες να προχωρά ανεμπόδιστα η ανάρρωσή σου, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Είναι πράγματι μεγάλη παρηγοριά να διαπιστώνεις πως οι περισσότεροι πόνοι έχουν μετριαστεί και τώρα, αν και σε αργούς ρυθμούς, αναρρώνεις. Το σοβαρό ατύχημα που προκαλεί βαρύ τραυματισμό, χρειάζεται περισσότερο χρόνο να γιατρευτεί.

Ο πόνος και η απόλαυση είναι διαφορετικές αντιλήψεις του νου. Οι μυημένοι έχουν το προνόμιο να χαλαρώνουν και να εμπιστεύονται τα πάντα στην πανταχού παρούσα φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη, περιμένοντας με χαρά τα αποτελέσματα που έχουν πάντοτε αρωματιστεί με θείο έλεος. Η Εσωτερική συνειδητοποίηση που είχες, ότι αυτή η τυχαία πτώση είναι μια Καρμική εκκαθάριση, είναι ευοίωνη. Θα πρέπει να είσαι ευγνώμων, ξέροντας πως μεγάλο μέρος από την ένταση και τη διάρκεια της σωματικής ταλαιπωρίας των αγαπητών, η Διδάσκαλος Δύναμη, την καθιστά πιο ήπια και πιο σύντομη.

Δε χρειάζεται να νιώθεις ένταση και να ψάχνεις σχολαστικά για το παρελθόν κάρμα που σε οδήγησε σε αυτή την αγωνία, καθώς αυτό δεν είναι μέσα στα όρια της ανθρώπινης κατανόησης. Η καλή αίσθηση Vairagya (μη προσκόλλησης) που αναπτύχθηκε σε εσένα θα σε ευλογήσει με ακόμα περισσότερη θεία μακαριότητα και αρμονία. Οι καλύτερες ευχές μου είναι μαζί σου.

Τα δεινά δυναμώνουν το χαρακτήρα. Αυτά που φαινομενικά μοιάζουν προβλήματα, κάποτε θα αποδειχθούν μεταμφιεσμένες ευλογίες για πνευματική πρόοδο. Αν υπάρξει αναγκα-

στική απομόνωση και μοναξιά, αυτό θα είναι πολύ βοηθητικό, γιατί βοηθάει την περισυλλογή και την προσήλωση. Συνιστάται να κρατάς τις σκέψεις σου στη γλυκιά ενθύμηση του Διδασκάλου ή να ακούς το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα, εάν μπορείς να το ακούς, να έρχεται από τη δεξιά πλευρά ή να επαναλαμβάνεις τα φορτισμένα Ονόματα. Ένα τέτοιο πρόγραμμα θα σε ευλογήσει με μεγαλύτερο σθένος και Εσωτερική δύναμη με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Λυπάμαι για την αγαπητή Μ που βιώνει μεγάλο πόνο και δυσφορία. Σε παρακαλώ, διαβίβασέ της την Αγάπη μου και ζήτησέ της να κατευθύνει την προσοχή της στο Ηχητικό Ρεύμα που θα τη βοηθήσει και θα καταπραΰνει τον πόνο της. Οι ευλογίες μου είναι μαζί σας.

ΟΝΕΙΡΑ

Υπάρχει διαφορά μεταξύ ονείρων και οραμάτων. Αυτό που διηγήθηκες είναι όραμα, όταν είχες την ευλογία να παρουσιαστεί η Μορφή του Διδασκάλου στον ύπνο σου. Στα οράματα, κάποιος παραμένει ζωηρά συνειδητός, ενώ στην κατάσταση ονείρου έχει μόνο μια θολή εντύπωση όταν ξυπνήσει. Αυτό που συμβαίνει είναι ότι οι αγαπητοί που στο διαλογισμό τους δεν μπορούν να ανεβούν πάνω από τη σωματική συνειδητότητα πλήρως, ενώ έχουν έντονη επιθυμία να συναντήσουν τον Διδάσκαλο, ευλογούνται με παρόμοιες χειρονομίες της Θείας Χάρης. Αυτό δείχνει τη σπάνια και γεμάτη Αγάπη προστασία Του σε εσένα.

Τα όνειρα είναι αποτέλεσμα της υποσυνείδητης σκέψης που εκδηλώνεται κατά τη διάρκεια του ύπνου. Ένας εξευγενισμένος καθαρός νους έχει συχνά ορθές αποκαλύψεις, ειδάλλως τα όνειρα είναι κυρίως διαστρεβλωμένες εκδοχές του παρελθόντος, του παρόντος ή του μέλλοντος, ανάλογα με τον τρόπο σκέψης κάποιου. Οι Διδάσκαλοι δε δίνουν μεγάλη σημασία στα όνειρα, λόγω του ότι είναι μια κατάσταση όπου

η Εσωτερική συνειδητότητα έχει αμβλυνθεί και είναι σε μια θολή κατάσταση, ενώ τονίζουν πως η Εσωτερική συνειδητότητα πρέπει να αναπτυχθεί με την επαφή με τη Δύναμη του Θεού σε Έκφραση, το Ιερό Νάαμ, που είναι παν-συνειδητότητα.

Τα όνειρα είναι αποτέλεσμα των σκέψεων, των ακροάσεων, της όρασης κλπ. του παρελθόντος, που έχουν ως αποτέλεσμα τις στρεβλωμένες θεάσεις στη διάρκεια του ύπνου. Όμως, είναι φορές που η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη ευλογεί το νεαρό μαθητή με οράματα στον ύπνο που είναι διαφορετικά από τα όνειρα και παραμένει συνειδητά ενήμερος των γεγονότων που διαδραματίζονται και συνήθως ευλογείται με τη Μορφή του Διδασκάλου. Μπορείς να ανατρέξεις στο Πνευματικό Ελιξίριο, πρώτος τόμος. Η μελέτη του θα εμπλουτίσει την πνευματική σου κατανόηση και θα βρεις ενδιαφέρουσες απαντήσεις στα πολλά ερωτήματά σου σχετικά με το Ιερό Μονοπάτι.

ΚΡΑΤΙΚΑ ΛΑΧΕΙΑ ΝΕΑΣ ΥΟΡΚΗΣ

Λαχείο σημαίνει η τυχαία κατανομή χρημάτων μεταξύ εκείνων που τα αγόρασαν. Σε παρακαλώ, δες ότι το χρήμα από τύχη σπάνια αποδεικνύεται εποικοδομητικό και ότι η αγορά λαχείων δημιουργεί αόριστες προσδοκίες που προκαλούν περισσότερο νοητικό χάος και σύγχυση, παρά αρμονία. Όπως και να έχει, εναπόκειται στην προσωπική κρίση των Σατσάνγκι εάν επιθυμούν να το κάνουν. Μπορεί να ειπωθεί στους αγαπητούς πως, εφόσον τους ευχαριστεί να συνεισφέρουν εθελοντικά για τη συλλογή πόρων για εκπαιδευτικούς σκοπούς και έχοντας τις ελάχιστες δυνατές προσδοκίες για επιβράβευση, μπορούν να το κάνουν. Ωστόσο, θα ήθελα να σας συμβουλέψω να μην ανακατεύετε επαγγελματικές υποθέσεις με το Σάτσανγκ.

ΕΠΕΝΔΥΣΕΙΣ ΣΤΟ ΧΡΗΜΑΤΙΣΤΗΡΙΟ

Αυτό είναι μια προσωπική υπόθεση. Οι Διδάσκαλοι δεν ενθαρρύνουν τα τυχερά παιχνίδια, τα στοιχήματα ή το ευκαιριακό χρήμα από τζόγο. Εάν θεωρείς πως το να αγοράσεις μετοχές, αντί να βάλεις τα χρήματά σου σε αποταμιευτικό λογαριασμό στην τράπεζα, θα σου αποφέρει μεγαλύτερες αποδόσεις, δεν υπάρχει αντίρρηση να το κάνεις.

ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑ - ΤΟ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ

Να σημειώνονται στο ημερολόγιο αυτοενδοσκόπησης μόνο οι αποτυχίες στην ανιδιοτελή προσφορά.

Εάν υπάρξει η ευκαιρία για ανιδιοτελή προσφορά και εσκεμμένα παραλείψεις να την αναλάβεις αυτό θεωρείται αποτυχία.

Η στήλη κάτω από την «Ανιδιοτελή Προσφορά» στο ημερολόγιο αναφέρεται στα λάθη που πρέπει να καταγράφονται. Αυτό σημαίνει: Ας υποθέσουμε πως υπάρχει ευκαιρία και πέφτει στην αντίληψή σου ότι μπορείς να προσφέρεις ανιδιοτελώς τις υπηρεσίες σου, αλλά απέφυγες να προσπαθήσεις να τις προσφέρεις, αυτό νοείται λάθος και πρέπει να καταγραφεί.

Η συμπλήρωση του ημερολογίου αυτοενδοσκόπησης είναι πολύ βοηθητική για την Εσωτερική πρόοδο. Λειτουργεί ως γλυκιά ενθύμηση των πνευματικών υποχρεώσεων και δεν πρέπει να χαλαρώσεις τις προσπάθειές σου σε αυτό.

Τα ερωτηματικά στα ημερολόγια που μου έστειλες δείχνουν πως δεν έχεις καταλάβει ακριβώς πως συμπληρώνεται το ημερολόγιο. Σε παρακαλώ, πρόσεξε ότι κάτω από τις στήλες των πνευματικών ασκήσεων, ο χρόνος που δίνεις για την επανάληψη των Ονομάτων και την ακρόαση του Ήχου πρέπει να αναφέρεται κανονικά. Στις άλλες στήλες πρέπει να καταγράφονται τα λάθη στην καθημερινότητα, για να ελέγχονται και να αντικατασταθούν με τις αντίθετες αρετές.

(Το ακόλουθο αναφέρεται στα μικρά ψεματάκια που λέγονται, ώστε να αποφύγουν να πληγώσουν κάποιον ή για να απορρίψουν προσκλήσεις κλπ)

Το να πούμε κάποιο ψέμα, με τον έναν ή τον άλλον τρόπο, αποσκοπεί κάπου. Ο σκοπός ίσως να είναι προσωπικός ή όχι, αλλά οι επιπτώσεις διαφέρουν ανάλογα με τις συνθήκες που ειπώθηκε το ψέμα. Η φιλαλήθεια είναι θεία αρετή και πρέπει να τηρείται σχολαστικά, αποφεύγοντας την περιττή ομιλία και το κουτσομπολιό. Σε περίπτωση που θεωρείς πως αν πούμε την αλήθεια τα συναισθήματα κάποιου είναι πιθανόν να πληγωθούν, είναι καλύτερα να σιωπούμε, παρά να πούμε κάτι που δεν είναι αληθινό.

(Το ακόλουθο αναφέρεται σε περιπτώσεις όπου του ζητείται εισφορά σε κάποιο οργανισμό ή σκοπό κι αυτός δεν εγκρίνει)

Αποτυχία στην ανιδιοτελή εξυπηρέτηση είναι όταν έχεις τη δυνατότητα, αλλά αρνείσαι να προσφέρεις.

(Το παρακάτω αναφέρεται στο γεγονός ότι ανταποκρίνεται ή διεγείρεται, όταν βλέπει αφίσες ή ταινίες ή ανθρώπους ντυμένους απρεπώς).

Είναι αποτυχία στη σκέψη. Όταν άσεμνες ιδέες εισβάλλουν είναι και πρέπει να θεωρείται ως λάθος που προκαλείται από τον Α ή το Β λόγο.

(Το ακόλουθο αναφέρεται στη θανάτωση κατσαρίδων, παρασίτων κλπ)

Η ακούσια θανάτωση που προκαλείται κατά τη διάρκεια υγειονομικού καθαρισμού κλπ. δε χρειάζεται να καταγράφεται στο ημερολόγιο.

ΓΕΝΙΚΑ

Η λογική στο διανοητικό επίπεδο είναι πολύ ανεπαρκής για να συλλάβει τις πνευματικές αλήθειες. Ωστόσο, εάν θεωρείς πως μια τέτοια προσπάθεια θα ήταν χρήσιμη, μπορείς να ετοιμάσεις ένα φυλλάδιο με σύντομες ερωταποκρίσεις, στο δικό σου επίπεδο, από αυτά που έχεις κατανοήσει από τα ιερά βιβλία και να τις στείλεις για να διαβαστούν και να πάρουν έγκριση. Οι ερωτήσεις πρέπει να αφορούν αυστηρά το Ιερό Μονοπάτι και να είναι συνοπτικές και περιεκτικές.

Εκτιμώ την Αγάπη και το θαυμασμό σου για το βιβλίο «Πνευματικό Ελιξίριο - 1ος τόμος». Είναι ένα καλό βιβλίο που δίνει απαντήσεις στις περισσότερες από τις δυσκολίες που παρουσιάζονται στο διαλογισμό. Είναι ένας μόνιμος σύντροφος που μπορεί να σε καθοδηγεί οποτεδήποτε το χρειάζεσαι. Ο δεύτερος τόμος θα εκδοθεί αργότερα και θα το πληροφορηθείς τότε.

Οι εμπειρίες που είχε η κόρη σου πρόσφατα και το χέρι προστασίας που της δόθηκε από τη Διδάσκαλο Δύναμη δεν είναι κάτι ασυνήθιστο, γιατί παρέχεται κάθε δυνατή προστασία στους συγγενείς των μαθητών των Διδασκάλων.

Θα έπρεπε ήδη να γνωρίζεις πως υπάρχουν ορισμένες βασικές προϋποθέσεις, απαραίτητες για να διαβείς το Πνευματικό Μονοπάτι. Αυτές είναι η πλήρη αποχή από κρέας, ψάρι, πουλερικά, αυγά γονιμοποιημένα ή μη και όλα τα αλκοολούχα ποτά, τα ναρκωτικά και τα οπιούχα. Έτσι, εάν ήδη ακολουθείς αυτό τον ήρεμο τρόπο ζωής, τόσο το καλύτερο, ειδάλλως, σε παρακαλώ, προσπάθησε να προσαρμοστείς σε αυτού του είδους τη σωστή ζωή προς όφελος της πνευματικής σου προόδου.

Έχω προσέξει τα ευγενή αισθήματά σου για τον Χ, όταν σε βοηθάει να κατανοήσεις διάφορα πράγματα. Σε παρακαλώ, να αναγνωρίσεις πως τα παιδιά πάντοτε παίρνουν σοφές συμβουλές από τους μεγαλύτερους και εάν είσαι ταπεινός και με σεβασμό στο πως τον/την πλησιάζεις, θα μπορέσεις να ωφε-

ληθείς ακόμα περισσότερο.

Όσον αφορά τις εγκόσμιες υποθέσεις σου, πρέπει να προσπαθείς για το καλύτερο δυνατό και να αφήσεις τα αποτελέσματα στη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη που εργάζεται άνωθεν. Προσπάθησε να αποκτήσεις επάρκεια σε κάποιον τομέα και θα σου δώσει την ευκαιρία να έχεις καλύτερες προοπτικές στη ζωή.

Η ανώτατη υπηρεσία που μπορεί να προσφέρει ένας μαθητής στο Διδάσκαλό του είναι η απόλυτη υπακοή στις Εντολές Του και η τρυφερή αφοσίωση στο Ιερό Σπόρο του Νάαμ ή Λόγο.

Κάθε αφοσιωμένη εργασία είναι προσκύνημα. Χρειάζεται να εργάζεσαι προσεκτικά, επιμελώς και ειλικρινά. Η λιτότητα είναι ένας παράγοντας που βοηθά και το να είναι κανείς ικανοποιημένος και ευγνώμων είναι μια αρετή που εξευγενίζει.

Λυπάμαι για τον Δρ. Κούρσιο. Παρόμοιες αναφορές έχουν έρθει και από άλλους αγαπητούς. Έχει καλή ψυχή και του αξίζει κάθε βοήθεια. Ας τον βοηθήσει κάποιος Φυσιοπαθητικός. Οι καλύτερες ευχές μου είναι μαζί του.

Σε παρακαλώ, μη σκοτίζεσαι για τις άλλες δυσκολίες. Δεν μπορείς να αλλάξεις κανενός τη μοίρα. Κοίτα τη δουλειά σου. Αν κάποιος στο ζητήσει, το μέγιστο από την πλευρά σου είναι να προσφέρεις τη δυνατή καθοδήγηση και βοήθεια, μέσα στα όρια των δυνατοτήτων σου, με ανιδιοτελή τρόπο και αυτό είναι όλο.

Είδα το βιβλίο «I CHING» Πάψε εντελώς τις ερωτήσεις για αυτό το βιβλίο, γιατί δεν είναι μόνο παραπλανητικό, αλλά και γεμάτο με ολέθριους κινδύνους. Είναι λάθος να καταλαβαίνουμε πως ο Διδάσκαλος μιλά μέσα από το βιβλίο. Καλείσαι να ανατρέξεις στις στροφές I και II του Τζαπ Τζι για να κατανοήσεις πλήρως τα περί Θείας Βούλησης του Κυρίου. Σε παρακαλώ, ενημέρωσε τους άλλους αναλόγως, όταν ζητούν τη συμβουλή σου για αυτό.

Η αυστηρή τήρηση των διατροφικών οδηγιών, απέχοντας πλήρως από κρέας, ψάρι, πουλερικά, αυγά γονιμοποιημένα ή

μη και όλα τα αλκοολούχα ποτά, είναι απολύτως απαραίτητη, γιατί κάθε παρεκτροπή στο θέμα αυτό επηρεάζει την Εσωτερική πρόοδο. Πρέπει να το προσέχεις αυτό.

Σημείωσε, σε παρακαλώ, ότι το ανθρώπινο σώμα είναι ένα πολύτιμο περιουσιακό στοιχείο που σου δόθηκε και ανώτατος σκοπός του είναι να επιτύχεις πνευματική τελειότητα. Μην ανησυχείς για το παρελθόν σου και επωφελήσου από το πολλά υποσχόμενο παρόν, αξιοποιώντας τα ταλέντα σου για να επιτύχεις το σκοπό της ζωής σου.

Εκτιμώ τα ευγενή αισθήματά σου για τους φίλους σου, που τους εύχεσαι να προχωρήσουν πνευματικά. Οι υποτιθέμενες πνευματικές εμπειρίες υπό την επήρεια ναρκωτικών είναι παραπλανητικές και είναι αρκετά πιθανό να επηρεάσουν την Εσωτερική πνευματική σου πρόοδο. Πνευματικότητα είναι η έρευνα στις σφαίρες της αλήθειας, της συνειδητότητας. Σε παρακαλώ, διαβίβασε την Αγάπη μου στους φίλους σου και ενθάρρυνέ τους να μελετήσουν την ιερή βιβλιογραφία του Μονοπατιού, ώστε να κατανοήσουν τη θεωρία και να προσαρμοστούν στην αυστηρά χορτοφαγική διατροφή και την αποχή από το ποτό. Όταν αισθανθούν ικανοποιημένοι και επιθυμήσουν να μυηθούν, θα πρέπει να υποβάλουν αίτηση μέσω του τοπικού αντιπροσώπου και θα γίνουν οι απαραίτητες διευθετήσεις για να μπουν στο δρόμο επιστροφής στον Θεό.

Όλα τα εγχειρήματα που γίνονται με ειλικρίνεια φέρνουν τα επιθυμητά αποτελέσματα.

Οι Διδάσκαλοι ανώτατης βαθμίδας ακολουθούσαν τη Σούρατ Σαμπτ Γιόγκα ή το Ηχητικό Ζωτικό Ρεύμα, όπως αναφέρεται στη Βίβλο. Αυτός είναι ο τρόπος επιστροφής στον Αληθινό Οίκο του Πατρός. Ο μαθητής που ζητά απελευθέρωση από τον Τροχό τού δίνεται Εσωτερική σύνδεση με αυτή τη θεία δύναμη που ήδη υπάρχει Εσωτερικά. Είναι Θεία διευθέτηση και μόνο ένας γνήσιος Διδάσκαλος ανώτατης βαθμίδας, που Του έχει ανατεθεί αυτό από Ψηλά, μπορεί να δώσει αυτήν την πνευματική Χάρη στον ειλικρινή αναζητητή. Η συναναστροφή σου εδώ δεν είναι τυχαία και έχει σημασία, καθώς η

φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη που ελέγχει και οδηγεί τη μοίρα της ανθρωπότητας το καθιστά δυνατό για τις καρδιές που πραγματικά το λαχταρούν, να οδηγηθούν στο Ζωντανό Διδάσκαλο και να μυηθούν τελικά στα μυστήρια του Υπερπέραν. Υπάρχει τροφή για τους πεινασμένους και νερό για τους διψασμένους.

Όλοι οι Διδάσκαλοι λένε πως ο άνθρωπος πρέπει να μοιράζεται με τους άλλους. Ξεκινώντας με το ελάχιστο δυνατό, ίσως ένα δέκατο, ένα εικοστό ή 1/40, θα πρέπει κάτι να δίνεις. Όταν μοιραζόμαστε με τους άλλους, ο εαυτός διαστέλλεται. Έτσι ο Διδάσκαλός μου συνήθιζε να λέει: «Δίνε το ένα δέκατο από τα εισοδήματά σου και εάν μετρήσεις στο τέλος του χρόνου, θα δεις πως έχεις γλιτώσει έξοδα με κάποιον άλλο τρόπο, όπως αρρώστιες κλπ.»

Η ψυχές, που είναι η ουσία του Θεού, είναι εξίσου σε αρσενικά ή θηλυκά σώματα. Οι γυναίκες έχουν μάλλον μεγαλύτερα περιθώρια για Εσωτερική πρόοδο στα αρχικά στάδια, όντας προικισμένες με περισσότερη Αγάπη από τους άντρες.

Ο εγωισμός πρέπει να ξεπεραστεί με την καλλιέργεια της ταπεινότητας, του σεβασμού και της αυταπάρνησης. Το εγώ εξαγνίζεται βαθμιαία και εκμηδενίζεται σταδιακά με διαλογισμό στο ιερό Νάαμ. Θα συνειδητοποιήσεις πως είσαι απλώς ένα εργαλείο, μια μαριονέτα που χορεύει στο ρυθμό του Κυρίου, που είναι Αυτός που κινεί τα νήματα, και θα ενεργείς υπό τις οδηγίες Του ως συνειδητός συνεργάτης του Θείου Σχεδίου.

Δεν τίθεται θέμα προτίμησης των Σικχ ή των Μουσουλμάνων από τους Ινδουιστές Διδασκάλους. Γραφές και παραδόσεις που σχετίζονται με τη Σούρατ Σαμπτ Γιόγκα είναι ευρέως διαθέσιμες κυρίως στην περίπτωση των πρώτων και αυτός είναι ο λόγος που αποσπάσματά τους αναφέρονται συχνά και χρησιμοποιούνται σε παραπομπές. Υπάρχουν βεβαίως αναφορές και στις Ινδουιστικές Γραφές, μα είναι σπάνιες.

Έχεις λάβει τα ιερά βιβλία «Νάαμ» και «Τροχός της Ζωής» που περιέχουν μεγάλο μέρος της θεωρίας του Ιερού Μονοπατιού. Σε παρακαλώ, να τα μελετήσεις πολύ προσεκτι-

κά, για να αφομοιώσεις τα διδάγματα από την ορθή τους σκοπιά. Μια αμερόληπτη μελέτη των βιβλίων θα σου αποκαλύψει τη μεγάλη διαφορά μεταξύ των διδαγμάτων του Διδασκάλου κι άλλων σχολών σκέψης που ακολουθούσες μέχρι πρότινος. Ωστόσο, θα πρέπει να είσαι ευγνώμων στους παλαιότερους δασκάλους σου, κάτι που έχει τελικά κορυφωθεί με το να οδηγηθούν τα βήματά σου στον Διδάσκαλο.

Η Θεία Πρόνοια έχει με αφθονία προβλέψει για την συντήρησή σου. «Ζητείτε τη Βασιλεία του Θεού και ταύτα πάντα προστεθήσεται υμίν» είναι μια εύστοχη ρήση του Χριστού. Οι υλικές ανάγκες σου θα φροντιστούν από μόνες τους, όταν θα πασχίζεις για πνευματική τελειότητα. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σου.

Η ανησυχία και το άγχος προδίδει την πίστη και βλάπτει το διαλογισμό. Σε καμία περίπτωση μην αποθαρρύνεσαι, αλλά εναπόθεσε τις ελπίδες και τις φιλοδοξίες σου στην Διδάσκαλο Δύναμη.

Σε παρακαλώ, ανάτρεξε στο βιβλίο «ο Τροχός της Ζωής» για να έχεις μεγαλύτερη ορθή κατανόηση σχετικά με την άποψή σου πως οι ανήθικοι άνθρωποι ευημερούν περισσότερο από τους ενάρετους. Καλείσαι να ανατρέξεις στο «Ο Τροχός της Ζωής» για να καταλάβεις περισσότερα σχετικά με τον Νόμο του Κάρμα. Οι ιεροί διαλογισμοί στο Νάαμ βοηθούν πολύ στο να δώσουν Εσωτερικά μεγάλη εκστατική μακαριότητα. Τα αποτελέσματα του κάρμα, όσο οδυνηρά κι αν είναι, υπομένονται με χαρά από τους αγαπητούς και πειθαρχημένους μαθητές. Ο πόνος και η ευχαρίστηση είναι στάσεις (διαθέσεις) του νου. Όταν ανέλθεις πάνω από τη σωματική συνειδητότητα και αναπτύξεις συνειδητή επαφή με το Θείο Φως και το Ηχητικό Ρεύμα, η επίπονη επίδραση της καρμικής αποπληρωμής απομακρύνεται με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Το υλικό σώμα έχει κατασκευαστεί από τον Θεό με το δικό Του Θείο τρόπο. Καθήκον σου είναι να το διατηρείς υγιές και με αρμόζοντα τρόπο να εκπληρώνεις τις εγκόσμιες και πνευματικές υποχρεώσεις σου.

Δεν είναι 100% *σωστό πως* όσοι έχουν πρόσβαση Εσωτερικά μπορούν να διαβάσουν με ευκολία το πεπρωμένο τους *(Αυτό αναφέρεται σε απόσπασμα από το βιβλίο "Πνευματικά Μαργαριτάρια").* Πάντως, οι αγαπητοί μαθητές που είναι πειθαρχημένοι και αφοσιωμένοι πλάθουν τη ζωή τους με τόσο ομαλό μοτίβο, που μπορούν να εξασφαλίσουν ειρήνη και αρμονία, ακολουθώντας το θέλημα του Διδασκάλου. Οι καλές σκέψεις οδηγούν σε καλά λόγια και τελικά σε καλές πράξεις που γίνονται τα θεμέλια της ειρήνης και της ηρεμίας.

Μαθήτριες που είναι και μητέρες παιδιών συνιστάται να παρέχουν στα παιδιά τους χορτοφαγική διατροφή, που είναι καθοριστική για την καλή τους υγεία και επίσης, θα είναι βοηθητική στις πνευματικές τους ασκήσεις αργότερα στη ζωή. Η μητέρα έχει ευθύνη να τηρεί τη χορτοφαγική διατροφή, όπως συνιστάται από τον Διδάσκαλο, αλλά και ευθύνη προς το παιδί, τρέφοντάς το με αβλαβή τροφή. Αν το ταΐζει αυγά, ενώ γνωρίζει πόσο βλάπτουν το υλικό σώμα αλλά και πόσο επιζήμια είναι στην πνευματική του πρόοδο, θα επιβαρύνεται με Καρμικό χρέος ανάλογο με τις περιστάσεις.

Ο ήχος του κοχυλιού δεν είναι ο ήχος του ΟΜ των γιόγκι. Ο ήχος του μαινόμενου ωκεανού ή του κεραυνού που έρχεται από τη δεξιά πλευρά, όταν ακούγεται με απόλυτη προσοχή, ακούγεται όπως ο ήχος του ΟΜ των γιόγκι.

Αντιλαμβάνομαι τις απόψεις σου σχετικά με τη γενικότερη ευημερία της ανθρωπότητας που υποφέρει. Οι Διδάσκαλοι δεν έχουν αντίρρηση για την εν λόγω αναμόρφωση και υποστηρίζουν όλες τις ορθολογικές και ρεαλιστικές προσπάθειες. Εκείνοι ακτινοβολούν καλές σκέψεις προς όφελος όλων.

Σε παρακαλώ, να μην απογοητεύεσαι από τη στάση των αγαπητών που ενώ βρίσκονται στο Ιερό Μονοπάτι, είναι αδιάφοροι στα δεινά του κόσμου γενικότερα. Σε παρακαλώ, λάβε υπόψη σου πως μια πνευματικά φωτισμένη και πραγματωμένη ψυχή δε χρειάζεται να εκφράζεται για το καλό των άλλων, κάνοντας εξωτερική επίδειξη. Δεν είναι δυνατόν να υπάρξει σύνθεση πολιτικής και πνευματικότητας. Η αναμόρφωση του

εαυτού μας είναι ό,τι πιο αναγκαίο και πρέπει να επιδιώκεται υπό την καθοδήγηση του Διδασκάλου. Ωστόσο, εκτιμώνται τα ευγενή αισθήματά σου για την ανθρωπότητα που δοκιμάζεται.

Οι πολυάριθμοι φόβοι και οι ανησυχίες διαφόρων ειδών δεν πρέπει να διατηρούνται, γιατί διογκώνονται υπέρμετρα όταν διαρκώς τα σκεπτόμαστε. Θα έπρεπε, αντιθέτως, να συλλογίζεσαι επιμελώς τις αντίθετες αρετές, της ειρήνης, της αρμονίας, της ηρεμίας, της αγνότητας, της ταπεινότητας και της ανιδιοτελούς προσφοράς. Σε παρακαλώ, θυμήσου πως *"Όπως σκέφτεσαι έτσι γίνεσαι"*.

Αγαπητό μου παιδί, μου είσαι πολύ αγαπητός! Να είσαι βέβαιος πως όταν έρθω στην Αμερική, θα έχεις την ευκαιρία να κουβεντιάσουμε προσωπικά. Το πρόγραμμα της περιοδείας ολοκληρώνεται και θα οριστικοποιηθεί, θα κοινοποιηθεί και θα ενημερωθείτε όλοι σας. Μη φοβάσαι να συζητάς τις Εσωτερικές διδασκαλίες των Διδασκάλων με άλλους. Οι πνευματικά φωτισμένοι χρωστάνε πολλά στα λιγότερο προικισμένα αδέρφια τους. Όπου μπορείς να ενσταλάζεις πίστη και σωστή κατανόηση από τη δική σου προσωπική γνώση που προέρχεται από τα ιερά βιβλία που έχουν εκδοθεί εδώ, αλλά και από την προσωπική σου εμπειρία που αποκτήθηκε από τους διαλογισμούς σου. Σε διαβεβαιώνω πως παρόμοιες χειρονομίες θείας διευθέτησης, όταν γίνονται υπό το πνεύμα βαθιάς ταπεινότητας και αυταπάρνησης, φέρνουν θετικά αποτελέσματα. Τυχεροί είναι οι λίγοι εκλεκτοί που έχουν αναλάβει έργο στην εκτύλιξη του Θεϊκού Σχεδίου.

Φόβος Κυρίου ή Διδασκάλου είναι ένα βήμα εμπρός προς τη θεϊκή διάνοια. Μπορείς να επωφεληθείς από αυτή τη στάση, στρεφόμενος Εσωτερικά σε ιερούς διαλογισμούς και θα ευλογηθείς με περισσότερη Θεία Χάρη και προστασία.

<u>Ερώτηση</u>: Συνιστάται στους μυημένους η ομαδική έρευνα στη μετενσάρκωση και στις Καρμικές σχέσεις;

<u>Απάντηση</u>: Καλοπροαίρετα σε συμβουλεύω να εγκαταλείψεις όλες αυτές τις μελέτες και να αφιερώνεις τον πολύτιμο

χρόνο σου στον ιερό διαλογισμό και στη μελέτη των ιερών βιβλίων του Διδασκάλου. Το Ιερό Μονοπάτι των Διδασκάλων προσφέρει απευθείας συνειδητή επαφή με τη θειότητα Εσωτερικά, μετά την ανύψωση πάνω από τη σωματική συνειδητότητα. Αυτή η μεγαλειώδης αρχή διαφοροποιεί το Ιερό Μονοπάτι από τις άλλες σχολές σκέψης. Πραγματικά τυχεροί είναι οι λίγοι εκλεκτοί που τους έχει δοθεί η μύηση από έναν Αληθινό Διδάσκαλο, του οποίου ο Εσωτερικός οφθαλμός είναι ανοιχτός και είναι αρμόδιος να ανοίξει τον Εσωτερικό οφθαλμό και των άλλων. Ευλογημένοι είστε όσοι έχετε την εμπειρία του Φωτός από την πρώτη ημέρα της μύησης, όταν ο μοναδικός σας οφθαλμός ανοίχθηκε.

ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ

Μια ταλαντευόμενη κίνηση που λες πως αισθάνεσαι την ώρα του διαλογισμού δείχνει πως παραμένεις συνειδητός της διαδικασίας απόσυρσης του αισθητηριακού ρεύματος από το κατώτερο μέρος του σώματος.

Όσον αφορά την οικογένειά σου που σε επισκέπτεται, πρέπει να είσαι πιο προσεκτικός και συνετός με τις πνευματικές σου υποχρεώσεις. Μπορείς με Αγάπη να ζητήσεις τη συνεργασία τους στο θέμα αυτό, με όλη την ευγένεια και θα νιώσουν υποχρεωμένοι να συναινέσουν στην ταπεινή παράκλησή σου, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Σε παρακαλώ, διαβίβασέ τους την Αγάπη μου.

Οι δυσκολίες που αντιμετωπίζεις με την απόσυρση ψηλά ως το κέντρο του οφθαλμού και με τη βαθιά συγκέντρωση, θα τις υπερβείς με επίμονες προσπάθειες. Σε παρακαλώ, πρόσεξε πως δεν πρέπει ούτε να παρακολουθείς την διαδικασία της απόσυρσης του αισθητηριακού ρεύματος από το σώμα, αλλά ούτε και να ασκείς κάποια πίεση στο Κέντρο του Οφθαλμού για να επιτύχεις βαθιά συγκέντρωση. Απλώς συνέχισε να κοιτάζεις διαπεραστικά και υπομονετικά στο κέντρο από οτιδή-

ποτε βλέπεις Εσωτερικά, φως ή σκοτάδι. Όλα τα υπόλοιπα θα έρθουν από μόνα τους την κατάλληλη ώρα με τη Χάρη Του. Οι σκέψεις που σε κάνουν να παρεκκλίνεις εισβάλλουν, όταν χαλαρώνει το Εσωτερικό σου βλέμμα. Γι' αυτό, θα πρέπει να αναπτύξεις τη συνήθεια να παραμένεις στο Κέντρο του Οφθαλμού με Αγάπη και αφοσίωση.

Οι εικόνες που εμφανίζονται Εσωτερικά είναι αποτέλεσμα σκέψεων του παρελθόντος που μπορούν να αποφευχθούν με το Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων. Αυτές οι λέξεις φέρουν το ζωτικό παλμό του Διδασκάλου και λειτουργούν ως σίγουρη άγκυρα ενάντια στις επιθέσεις αρνητικών δυνάμεων. Κάθε φορά που παρασύρεσαι από τρομακτικά φαινόμενα, απλώς επανέλαβε τα φορτισμένα Ονόματα και θα ευλογηθείς με άμεση βοήθεια και προστασία.

Χαίρομαι που μαθαίνω πως και οι δυο σας αφιερώνετε χρόνο στους διαλογισμούς σας, με αποτέλεσμα να έχετε ευλογηθεί με θείες αποκαλύψεις Φωτός και το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα της καμπάνας, του ωκεανού κ.α να έρχονται από τη δεξιά πλευρά, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Αυτά πρέπει να αναπτυχθούν περισσότερο, με ακρίβεια και σταθερότητα.

Εάν το Ηχητικό Ρεύμα ακούγεται κατά τη διάρκεια του Σιμράν, στην άσκηση στο Φως, δε θα πρέπει να το ακούς, αλλά να βάζεις ολόκληρη την προσοχή σου στο να κοιτάζεις στο κέντρο του φωτός, που θα γίνει ολοένα και λαμπρότερο και τελικά, θα ανοίξει για να οδηγηθείς ακόμα ψηλότερα. Το ότι εμφανίζεται το μαύρο διάστημα μαζί με χρυσό φως του ήλιου έχει βαθιά σημασία. Σε παρακαλώ, συνέχισε να κοιτάζεις στο κέντρο από οτιδήποτε βλέπεις Εσωτερικά και κάνε νοητικό Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων πολύ-πολύ αργά, ίσως και με παύσεις, ώστε το Εσωτερικό βλέμμα να μη διακόπτεται. Η γοητευτική Ακτινοβόλος Μορφή του Διδασκάλου συνήθως εκδηλώνεται σε δυνατό χρυσό φως κι εάν πράγματι εμφανιστεί, σε παρακαλώ, δοκίμασε τη γνησιότητά του με Σιμράν. Εάν παραμείνει στα φορτισμένα Ονόματα, να είσαι βέβαιος πως είναι γνήσια και φιλική και θα σε βοηθήσει στο

Εσωτερικό σου ταξίδι προς τον Αληθινό Οίκο του Πατρός. Πρέπει να κοιτάζεις με Αγάπη μέσα στα φωτεινά μάτια και το μέτωπο της Ακτινοβόλου Μορφής. Θα αναπτύξεις δεκτικότητα και Εκείνος θα σου μιλήσει προς μεγάλη σου ευγνωμοσύνη και χαρά. Η ακρόαση του Ηχητικού Ρεύματος που έρχεται από τη δεξιά πλευρά είναι εξίσου σημαντική και πρέπει να αφιερώνεται και για αυτή τακτικός χρόνος, για να διασφαλιστεί σταθερή πρόοδος.

Για την υπέρβαση των δυσκολιών σου στη συγκέντρωση συνιστάται να χαλαρώνεις πλήρως, να εναποθέσεις τις φιλοδοξίες σου στον Διδάσκαλο και να αφεθείς στη Θέλησή Του. Όλα τα άλλα θα ακολουθήσουν από μόνα τους.

Όσον αφορά το ερώτημά σου σχετικά με τη στάση του σώματος, όπως αναφέρεται στα «Πνευματικά Πετράδια», σε παρακαλώ, να καθίσεις σε οποιαδήποτε στάση σού είναι πιο βολική και που μπορείς να καθίσεις ακίνητος για αρκετή ώρα, ευθεία, αλλά τελείως χαλαρά. Το κάθισμα οκλαδόν θεωρείται το πιο βολικό και ταιριαστό για εσωστροφή, καθώς όλο το σώμα παραμένει τελείως χαλαρό και σε ευθεία στάση.

Οι Εσωτερικές εμπειρίες δεν πρέπει να αποκαλύπτονται στους άλλους, γιατί αυτό επηρεάζει αρνητικά την Εσωτερική πρόοδο. Πρέπει να είσαι προσεκτικός με αυτό στο μέλλον.

Εκτιμώ τη σοβαρή υπόσχεσή σου να διαλογίζεσαι τακτικά από εδώ και πέρα. Πρέπει να διαλέξεις κάποια συγκεκριμένη ώρα για διαλογισμούς, όταν είσαι ελεύθερος, φρέσκος και ζωηρός και μετά να επιμένεις να τηρήσεις αυτό το ιερό πρόγραμμα με ισχυρή πίστη και αποφασιστικότητα. Οι πολύτιμες στιγμές της γήινης ζωής που έχουν δοθεί σε διαλογισμό είναι μακράν η καλύτερη δυνατή χρήση του χρόνου και μετρούν θετικά για την Εσωτερική πνευματική πρόοδο.

Δεν αναφέρεσαι στους ιερούς διαλογισμούς σου, για το πόσο χρόνο διαθέτεις καθημερινά στις δύο ασκήσεις, της όρασης και ακρόασης. Οι διαλογισμοί είναι άκρως αποτελεσματικοί για να διασφαλίσουν Εσωτερική πρόοδο, εάν γίνονται σωστά, με θρησκευτική τακτικότητα και βαθύτατη πίστη.

Μαθαίνω *πως για τον έναν* ή τον άλλον λόγο δεν μπορούσες να αφιερώσεις χρόνο στους ιερούς διαλογισμούς σου. Φαίνεται πως είσαι υπερβολικά απορροφημένος με εξωτερικές επιδιώξεις. Οι ιεροί διαλογισμοί δεν απαιτούν καμιά ξεχωριστή ικανότητα, αλλά έναν δεκτικό νου που θα καθίσει ήσυχα με σταθερό βλέμμα στο κέντρο των οφθαλμών και θα κάνει νοητικό Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων. Στη συνέχεια, θα ακούει και το Ηχητικό Ρεύμα που έρχεται από τη δεξιά πλευρά. Είναι τόσο απλό, λογικό και εύκολο, που ακόμα κι ένα παιδάκι κάλλιστα μπορεί να καταλάβει και να κατανοήσει τη σημασία του.

Τα παράπονά σου ότι ο νους σου τρέχει ξέφρενος είναι αληθινά και θα συνεχίσει να σου δημιουργεί πρόβλημα αν δεν φροντίσεις να τον αλυσοδέσεις με το Σιμράν των φορτισμένων ονομάτων, την γεμάτη Αγάπη ενθύμηση του Διδασκάλου ή ακούγοντας το ηχητικό ρεύμα που έρχεται από την δεξιά πλευρά. Αυτό είναι το μοναδικό αποτελεσματικό φάρμακο. Παράτα τα όλα και ακολούθησε την παραπάνω εντολή πολύ προσεκτικά. Μπορείς να αναμένεις θετικά αποτελέσματα σε λίγους μήνες, με την Χάρη του Διδασκάλου.

Ο εγωισμός, όταν βρίσκεται σε έξαρση, δεν επιτρέπει στους αγαπητούς να διαλογίζονται συστηματικά. Αντίθετα, εάν με τον προσεκτικό σχεδιασμό και ορθό τρόπο ζωής γίνετε φίλοι με τον νου, θα διαπιστώσεις πως το ιερό Μονοπάτι είναι πανεύκολο, ευχάριστο και γεμάτο με μαγευτική μακαριότητα και αρμονία.

Θα πρέπει να ξέρεις ότι ο παράγων χρόνος είναι απαραίτητος και ιδιαίτερα σημαντικός. Δεν πρέπει να είσαι βιαστικός, αλλά σαν ένθερμος σπουδαστής της τέχνης, να μαθαίνεις λίγο-λίγο, ώστε να είσαι σε θέση να αφομοιώσεις τα σπάνια πετράδια της θείας ευδαιμονίας και να επωφεληθείς από την μοναδική αξία τους.

ΣΑΤΣΑΝΓΚ

Έχω δει τη λίστα με τους Σατσάνγκι που για τον έναν ή τον άλλον λόγο δεν έρχονται στα σάτσανγκ. Έκτοτε είχαν κάποια υπενθύμιση για αυτό μέσω επιστολών από εδώ. Ελπίζω αυτό να προκαλέσει το ενδιαφέρον τους και να υπάρξει κάποια ανταπόκριση με τη Χάρη του Διδασκάλου. Μπορείς από την πλευρά σου να συνεχίσεις να τους ζητάς τακτική προσέλευση στα Σάτσανγκ, με Αγάπη και υπομονή.

Έχω μελετήσει το «Έντυπο προσέλευσης στα Σάτσανγκ» και τη λίστα των μαθητών που ετοίμασε με πολλή Αγάπη ο Χ. Σε παρακαλώ, διαβίβασέ του την Αγάπη μου καθώς και σε όλους τους αγαπητούς στην ομάδα σου. Είμαι ευχαριστημένος με όλους όσοι φροντίζουν να παρακολουθούν τακτικά τα σάτσανγκ.

Οι σχετικές με το Μονοπάτι ομιλίες δεν απαγορεύονται στα Σάτσανγκ, αρκεί να παίρνουν το λόγο ώριμα άτομα. Από όποιον νομίζεις, μπορούν να υπάρξουν κάποιες αυτοσχέδιες ομιλίες, με φειδώ, ως συμπλήρωμα στην ανάγνωση των ιερών βιβλίων. Τέτοια τακτική δεν επιτρέπει στον ομιλητή να ξεφύγει και να πλατειάζει σε άσχετα θέματα, γιατί παίρνει το θέμα του από τα βιβλία. Προσκεκλημένοι ομιλητές *(μόνο μυημένοι)* μπορούν να μιλήσουν για λίγα μόνο λεπτά, όσο ταιριάζει στο χρονοδιάγραμμα. Πρέπει να ληφθεί υπόψη, οι ομιλίες να αφορούν μόνο στα διδάγματα των Διδασκάλων, όπως πχ η σημασία της ανθρώπινης γέννησης, η υπακοή και αφοσίωση στον Διδάσκαλο και άλλα παρόμοια θέματα, όπως ταπεινότητα, απλότητα, νηφαλιότητα, ηρεμία, υπομονή, ανεκτικότητα κλπ. Μπορείς να ζητήσεις από τον προσκεκλημένο σου να σου δώσει τα κύρια σημεία της ομιλίας του από πριν και να του επιστήσεις την προσοχή να μην παρεκκλίνει από τα παραπάνω.

Ως γενικός κανόνας δεν πρέπει να δίνεται δυνατότητα σε μη μυημένους να μιλούν στα Σάτσανγκ. Ωστόσο, εάν ένα σημαίνον πρόσωπο έρχεται και παρακολουθεί τα σάτσανγκ, μπορείς να του παρέχεις τη δυνατή φιλοξενία. Μπορεί και να

του ζητηθεί να πει δυο λόγια για το Σάτσανγκ που έγινε.

Είδα το πρόγραμμα των διαλογισμών σας που έστειλες, όταν μαζεύεστε σε ιδιωτικές κατοικίες για τον ιερό αυτό σκοπό. Είναι ένα βήμα εμπρός προς τη σωστή κατεύθυνση, προς τον Διδάσκαλο, και για να ωφελείστε από τη Θεία Ακτινοβολία.

ΜΕΜΨΙΜΟΙΡΙΑ ΚΑΙ ΑΥΤΟΚΑΤΑΔΙΚΗ

Η αυτολύπηση και η υπερβολική επιδοκιμασία είναι εξίσου βλαβερά. Φέρνουν άσχημα αποτελέσματα, τύψεις και ανεπιθύμητη θλίψη. Αυτές τρέφουν το νου και βλάπτεται η νοητική σταθερότητα και ηρεμία που είναι βασικές προϋποθέσεις για επιτυχείς διαλογισμούς. Σε παρακαλώ, μάθε να είσαι ανεξάρτητος και να εκπληρώνεις με χαρά τα εγκόσμια καθήκοντά σου με σοβαρό και χωρίς προσκόλληση τρόπο. Οι τακτικοί αφοσιωμένοι διαλογισμοί καλύπτουν το κενό και τα αρνητικά συναισθήματα υποχωρούν για ένα ευγενέστερο και ιερότερο σκοπό. Η ζωή δε χρειάζεται να σπαταλιέται σε περιττές αψιμαχίες ή ικανοποίηση των κατώτερων επιθυμιών, αλλά αντί για αυτό, θα έπρεπε να χρησιμοποιείται καλύτερα για έναν ανώτερο σκοπό, τη λύτρωση της Ψυχής από το βούρκο του νου και της ύλης. Σε παρακαλώ, να αποτινάξεις όλα τα νοσηρά συναισθήματα και νιώσε ευτυχισμένος που εκπληρώνεις με ειλικρίνεια και γεμάτη Αγάπη και ταπεινότητα το μέρος που σου αναλογεί. Είναι ένα ανθρώπινο παράδοξο ότι όσο περισσότερο τρέχει κάποιος πίσω από προσφιλείς του επιθυμίες, τόσο πιο περίπλοκες και σύνθετες αυτές γίνονται και φέρνουν νευρική σύγχυση. Συνεπώς, για πιο λόγο να στεναχωριέσαι για τους άλλους, ενώ έχεις τόσα πολλά να επιτύχεις προς τη δική σου βελτίωση;

Είναι ατυχές το γεγονός ότι έχεις επιτρέψει αυτό το αίσθημα ενοχής της προσωπικότητάς σου να διαμορφώσει τη συμπεριφορά σου. Φαίνεται πως είναι δικό σου δημιούργημα και

μπορείς να το διορθώσεις με προσεκτική διαβίωση. Οι μαθητές θα πρέπει να αποφεύγουν ανάρμοστα περιβάλλοντα, αλλά αυτό δε σημαίνει και τις φιλικές κοινωνικές συναναστροφές. Πρέπει να επαναλαμβάνεις τα Πέντε Φορτισμένα Ονόματα κάθε φορά που νιώθεις πως βρίσκεσαι σε αντίξοες συνθήκες και οπωσδήποτε, όποτε σε καταλαμβάνει τέτοια νευρικότητα. Θα βελτιωθείς με τη Χάρη Του.

Πρέπει να προσπαθείς να ξεχνάς τα πάντα για το νου και το εγώ. Επιμένοντας συνεχώς να το σκέφτεσαι, τρέφεις το εγώ και αυτό είναι που σε ενοχλεί. Γνώριζε πως οι τακτικοί διαλογισμοί αντικαθιστούν τις φαύλες ιδιότητες του νου με αρετές και σταδιακά καταλήγουν στην εξύψωση πάνω από το καλό και το κακό. Πορεύσου ήρεμα, αγνοώντας θόρυβο και βιασύνη και θυμήσου πόση γαλήνια ειρήνη και αρμονία σε περιμένουν Εσωτερικά, στη διάρκεια του διαλογισμού. Πέρα από την υγιή πειθαρχία, σε παρακαλώ, να είσαι διαλλακτικός με τον εαυτό σου. Μια τέτοια προσπάθεια θα σε ευλογήσει με βαθιά χαρά και μακαριότητα. Καλλιέργησε τη δύναμη του πνεύματος, για να σε προστατέψει σε όλους τους τομείς της ζωής. Ποτέ μην ενοχλείσαι από φαντασιώσεις.

Είναι ατυχές το γεγονός ότι εξακολουθείς να είσαι μπερδεμένος. Η αυτολύπηση είναι κάτι κακό που τρέφει την κατάθλιψη και την απογοήτευση. Δεν πρέπει να στέκεσαι στο παρελθόν, όσο λυπηρό ή ζοφερό κι αν ήταν. Απλώς μάθε να ζεις στο Θείο παρόν. Πάρε τη ζωή με τη σωστή θέρμη. Σχεδίασε με σωφροσύνη και μετά εφάρμοσε με ειλικρίνεια, ανεξάρτητα από τα αποτελέσματα που ίσως να μην φτάνουν τις προσδοκίες σου, αλλά θα έχεις την ικανοποίηση πως έκανες καλά αυτό που σου αναλογούσε. Αποδέξου την εργασία που σου προσφέρεται και εργάσου εκεί με ειλικρίνεια, ακόμα κι αν δεν είναι της αρεσκείας σου. «Η εργασία είναι προσκύνημα» και έτσι κάθε τίμια εργασία πρέπει να γίνεται με πνεύμα αφοσίωσης. Έτσι, θα σου αρέσει η δουλειά σου και θα είσαι πιο ευτυχισμένος. Το να υπομένουμε τις ταλαιπωρίες αθόρυβα δυναμώνει το χαρακτήρα και αποζημιώνει πολλαπλώς. Σε πα-

ρακαλώ, *μην υποκύπτεις στις ιδιοτροπίες των άλλων.* Ζήσε σωστά και πράξε σοφά, για να σώσεις τον εαυτό σου. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σου.

Δεν έχει σημασία που δεν είχες καταφέρει να ζήσεις σύμφωνα με τις ιερές εντολές μέχρι σήμερα. Οι ιερές φιλοδοξίες σου για βελτίωση είναι αξιέπαινες. Συνεπώς, «ως εδώ και μην παρέκει» πρέπει να είναι το σύνθημα. Εάν ακολουθήσεις αυτή τη χρυσή αρχή της ζωής, σίγουρα θα αλλάξεις με τον καιρό. Αργοί αλλά σταθεροί ρυθμοί συντομεύουν το ταξίδι. Κάνε ένα βήμα προς τη σωστή κατεύθυνση υπό την προστατευτική καθοδήγηση της Διδασκάλου Δυνάμεως και θα κυλήσει ο τροχός. Σε παρακαλώ, λάβε υπόψη σου πως κάθε απόλαυση έχει το τίμημά της και κάθε ταλαιπωρία την αντίστοιχη αποζημίωση.

Ο Διδάσκαλος ποτέ δεν κατακρίνει τα λάθη και τις παραλήψεις των μαθητών Του. Εκείνος μόνο συμβουλεύει να μην τα επαναλαμβάνουν. Θα πρέπει, λοιπόν, σε παρακαλώ, να είσαι προσεκτικός στο μέλλον με τη διατροφή σου, γιατί κάθε παραστράτημα καθυστερεί την πνευματική σου πρόοδο.

Δεν είναι απαραίτητο να γράφεις εξομολόγηση στον Διδάσκαλο κάθε φορά που υποπίπτεις σε παράπτωμα. Η Διδάσκαλος Δύναμη είναι ενήμερη για τα λάθη των μαθητών Του και επιθυμεί μόνο να έχουν επίγνωση των λαθών τους και να μην τα επαναλαμβάνουν. Ας καταγράφονται οι εξομολογήσεις σου ειλικρινά και ανοιχτά στις διάφορες στήλες του ημερολογίου αυτό-ενδοσκόπησης. Αυτή είναι η ύψιστη αρχή της ορθής χρήσης του ημερολογίου.

Η ΜΑΚΡΟΒΙΟΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Οι Διδάσκαλοι πάντοτε τόνιζαν πως η τροφή είναι για τον άνθρωπο κι όχι ο άνθρωπος για την τροφή. Συμβουλεύουν να καταναλώνονται αγνές τροφές, όπως λαχανικά, φρούτα, σπόροι, δημητριακά και τα επιτρεπόμενα γαλακτοκομικά, όπως

γάλα, βούτυρο και τυρί, για να τρέφεται το σώμα. Όπως ανέφερες, το σώμα είναι ο ναός του πνεύματος και πρέπει να συντηρείται σωστά, ώστε να εκδηλωθεί το πνεύμα στη διάρκεια της ζωής του ανθρώπου.

Δε συνηγορώ υπέρ της μακροβιοτικής διατροφής που προφανώς την ακολουθούν μερικοί μαθητές και συνιστώ σε όλους όσοι αυτή τη στιγμή την ακολουθούν να τρώνε με μέτρο μια ισορροπημένη διατροφή που να αποτελείται από φρέσκα φρούτα, λαχανικά και γαλακτοκομικά, όπως αναφέρεται παραπάνω.

Το καλύτερο θα ήταν ο καθένας να ακολουθεί την χορτοφαγική διατροφή που του ταιριάζει.

Εάν στα ζώα επιτρέπεται να τρώνε φρούτα, τουλάχιστον κι ο άνθρωπος, που είναι η κορωνίδα όλης της Δημιουργίας, θα έπρεπε επίσης να του επιτρέπεται να τα τρώει.

Οι μυημένοι θα πρέπει να οδηγούνται μόνο από τα Διδάγματα του Διδασκάλου σε όλους τους τομείς της ζωής, είτε υλικούς είτε πνευματικούς. Επιτρέποντας άλλες έννοιες να παρεισφρήσουν, αμαυρώνονται τα Διδάγματα και μπερδεύονται οι μυημένοι.

Εάν πιστεύεις πως αυτό θα βοηθήσει άλλους να έχουν ορθή κατανόηση της σχέσης της διατροφής με το Μονοπάτι, έχεις την άδειά μου να δημοσιεύσεις αυτή την επιστολή για γενική διανομή.

ΔΕΥΤΕΡΟ ΑΠΟΣΠΑΣΜΑ ΓΙΑ ΤΗ ΜΑΚΡΟΒΙΟΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Χαίρομαι που μου έχεις στείλει εκτενώς, τις λεπτομέρειες με τα στοιχεία της Σάτβικ Μακροβιοτικής Διατροφής.

Παρατηρώ πως είναι πολύ χρήσιμη διατροφή, όχι μόνο θρεπτική αλλά και ευνοεί την πνευματική πρόοδο.

ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ

Είναι γελοίο ότι χρησιμοποιούνται οπιούχα (LSD, μαριχουάνα κλπ), για να προκαλέσουν παραισθήσεις. Η πνευματικότητα είναι η επιστήμη της ψυχής και η ψυχή είναι συνειδητή οντότητα μέσα στο σώμα. Η Οδός επιστροφής στο Θεό, όπως δίδεται από τους Διδασκάλους, είναι τέτοια όπου αναπτύσσεται η Εσωτερική συνειδητότητα με τη βοήθεια του Ιερού Νάαμ (του Λόγου). Όλα τα συναφή εξωτερικά βοηθήματα που φέρνουν προσωρινές παραισθήσεις, όπως αναφέρεις, είναι σαφώς κοροϊδία για τη Θεία Χάρη. Σίγουρα αντιλαμβάνεσαι τη χαώδη διαφορά μεταξύ του να έχει κάποιος μια συνειδητή και απολύτως νηφάλια προσέγγιση, για να προχωρήσει Εσωτερικά, με εκείνη που καταφεύγει σε τέτοιες εξωτερικές βοήθειες που δεν είναι παρά οπιούχα, που δημιουργούν κάποιες έντονα εντυπωσιακές δονήσεις. Θα θυμάσαι πως η αυστηρή τήρηση της διατροφής, αποφεύγοντας κάθε σάρκα, οινοπνευματώδη και οπιούχα, είναι βασική προϋπόθεση για Εσωτερική πνευματική πρόοδο, ώστε να επιτευχθεί μια νοητική κατάσταση αυτοπαράδοσης. Χρειάζεται να αναπτύξουμε τη συνειδητότητά μας, τη θεία ιδιότητα της ψυχής μας. Για την επίτευξη της Εσωτερικής συνειδητότητας είναι άκρως απαραίτητες Εσωτερική και εξωτερική ευσέβεια και αγνότητα. Τα ναρκωτικά είναι εξίσου επιβλαβή και πρέπει να αποφεύγονται, γιατί θολώνουν το νου και σκοτίζουν το μυαλό με ασαφή αισθήματα καχυποψίας και σύγχυσης. Σε συμβουλεύω να διαβιβάσεις αυτό το απόσπασμα ορθής κατανόησης σε όλους τους αγαπητούς στο Ιερό Μονοπάτι αλλά και σε άλλους που ζητούν τη συμβουλή σου στο θέμα.

ΝΟΥΣ

Τώρα, ως προς τα λάθη ή αποκλίσεις από την ορθή οδό, όπως τα αποκαλείς: Ο νους γνωρίζεις ότι λειτουργεί με λε-

πτούς τρόπους, υπερβολικά λεπτοφυείς για έναν κοινό άνθρωπο, για να τους ανιχνεύσει και να τους εντοπίσει ορθά και έγκαιρα πριν γίνει το παράπτωμα. Είναι από το ξεχείλισμα της καρδιάς που πηγάζουν όλες οι δράσεις, σε λόγια και σε πράξεις. Πρέπει, συνεπώς, να είμαστε νοητικά σε εγρήγορση προς τις σκεπτομορφές μας, για να καταφέρνουμε έγκαιρα να καταγράφουμε τη ροή τους και στη συνέχεια, να τις προσπερνάμε με τη διαδικασία της συγκέντρωσης, ξεχνώντας τα πάντα για το νου και τις νοητικές καταστάσεις, συμπεριλαμβανομένης και της καθαρά νοητικής ουσίας που σαν αραχνοΰφαντο πέπλο τυλίγει την ψυχή. Είναι η μνήμη των εμπειριών μας από το μακρινό παρελθόν και το ζωντανό παρόν που συνεχώς και ακαταμάχητα μας ακολουθεί κατά πόδας και καθώς δεν έχουμε ακόμα μάθει να παραμένουμε αποκομμένοι και πάνω από αυτά, τα λάθη μας ξεφεύγουν. Η διαδικασία απαρίθμησης είναι απλώς το πρώτο βήμα για τη συνειδητή παρακολούθηση των πράξεών μας, που είναι πιθανό να παραβλέπουμε λόγω της συνηθισμένης αυτοδικαίωσής μας.

Οι σκέψεις πρέπει να παρακολουθούνται, γιατί προηγούνται των πράξεων. Είναι μια αργή μα σταθερή διαδικασία σταδιακής βελτίωσης για την οποία χρειάζεται μεγάλη προσπάθεια. Μια πειθαρχημένη και πνευματικά προσανατολισμένη ζωή είναι άκρως απαραίτητη. Δεν πρέπει να κοιτάζεις άλλους ανθρώπους ή ακόμα και Σατσάγκι, για να μιμείσαι τις αρετές τους. Κανείς δεν είναι τέλειος κάτω από αυτόν τον ουρανό, αλλά η τελειότητα είναι ο σκοπός μας. Όσο αναπτύσσεσαι, τόση περισσότερη ευλαβική ταπεινότητα θα ανατέλλει μέσα σου και την κατάλληλη ώρα, θα δεις τον εαυτό σου ως ένα ταπεινό εργαλείο στα Θεία Χέρια της φιλεύσπλαχνης Διδασκάλου Δύναμης. Είναι το απόγειο και η κορύφωση των πνευματικών επιτευγμάτων.

Η πολυλογία είναι απλώς ένας τρόπος έκφρασης, όταν προσπαθείς να εκθέσεις τα μύχια συναισθήματά σου, αναζητώντας λύση στη σύγχυση που δημιουργεί το μυαλό σου. Κάθε ερώτηση έχει στην αγκαλιά της μια λογική απάντηση. Η

ανθρώπινη διάνοια μερικές φορές επιφανειακά μπερδεύεται, αλλά εάν προσπαθήσεις να σκάψεις βαθιά στα έγκατα, στη σιωπή της καρδιάς, θα ανακαλύψεις απερίγραπτη θεία μακαριότητα να αναβλύζει από την Πηγή του Θείου *(ψυχή)*. Η Θειότητα ανατέλλει σε άκρα σιωπή. Τότε ο παρατηρητής μένει κουφός και βουβός από συναρπαστική θεία μέθη και απολαμβάνει να απορροφάται ο μικρός του εαυτός μέσα σε Εκείνον. Στην Πηγή του Φωτός και του Ήχου.

Θα σου σύστηνα να μη στέκεσαι πολύ σε συλλογισμούς, γιατί τείνουν να διασκορπίζουν το νου σου. Αυτός ο σκεπτόμενος εαυτός συνεχίζει να βρίσκεται μαζί μας για πολύ καιρό. Το εύρος του εκτείνεται από το υλικό ως και το Αιτιατό επίπεδο και μέχρι να διασχίσουμε όλες αυτές τις περιοχές που βρίσκονται στην επικράτεια του νου (Brahmand), ο νους δεν εγκαταλείπεται. Μέχρι να επιτευχθεί αυτό το στάδιο, ούτε η σκέψη για τον εαυτό θα πάψει, ούτε και οι πράξεις σου να είναι αμιγώς ανιδιοτελείς. Είναι το “εγώ” μέσα μας που καρπώνεται για τον εαυτό του όλες τις δράσεις κι έτσι, δημιουργείται η αιτία των δεσμών και της δουλείας. Γίνε δίχως “εγώ” και θα ελευθερωθείς από το δεσμευτικό αποτέλεσμα του Κάρμα.

Σε παρακαλώ, κατάλαβε ότι οι συνεχείς σκέψεις για εγκόσμιες επιδιώξεις ήταν η αιτία για την παρούσα ανθρώπινη γέννηση και για να επιτευχθεί η απελευθέρωση από τον κύκλο των γεννήσεων και των θανάτων, ο τρόπος σκέψης πρέπει να αλλαχθεί ριζικά, αντικαθιστώντας τον με Θείες σκέψεις. Η γεμάτη Αγάπη ενθύμηση του Διδασκάλου και η επανάληψη των Ονομάτων είναι πολύ βοηθητικοί παράγοντες, ώστε να γίνει η απόσυρση του αισθητηριακού ρεύματος από το σώμα και να ξεκινήσει η Εσωτερική διαδικασία της ενατένισης του Θείου Φωτός και τελικά, να εμφανιστεί η γοητευτική Ακτινοβόλος Μορφή του Διδασκάλου. Η άσκηση στο Φως αποτελείται από την επανάληψη και τη σταθερή προσήλωση του βλέμματος στο κέντρο από οτιδήποτε βλέπεις Εσωτερικά. Το Φως θα αναβλύσει εμπρός και θα ανοιχτεί δρόμος προς τα επάνω με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Ο νους έχει συνηθίσει για αιώνες να χοροπηδά και να ζει στραμμένος στον εξωτερικό κόσμο. Όσο περισσότερο εξωστρέφεται, τόσο πιο διασκορπισμένος και λιγότερο ειρηνικός είναι. Η ειρήνη έρχεται από μέσα, όχι από έξω. Πρέπει κάποιος να στραφεί Εσωτερικά για να τη λάβει. Σου έχει δοθεί ο τρόπος για να εσωστραφείς και να παραμένεις Εσωτερικά, ώστε να απολαύσεις την ειρήνη και τη μακαριότητα των Ανώτερων Περιοχών. Η εξωτερική ζωή και η Εσωτερική πρόοδος πάνε χέρι-χέρι. Καμία πνευματική πρόοδος δεν μπορεί να υπάρξει δίχως ηθική διαβίωση, συνεπώς, δίδεται μεγάλη έμφαση στην ηθική διαβίωση. Δε χρειάζεται να απογοητεύεσαι. Τα πάντα θα έρθουν στην ώρα τους με τη Χάρη του Διδασκάλου. Ο παράγοντας του χρόνου είναι απαραίτητος. Σε παρακαλώ, μην γίνεσαι ανυπόμονος, αλλά συνέχισε το έργο σου σταθερά, με Αγάπη και πίστη στη Διδάσκαλο Δύναμη. Οι Εσωτερικές σου εμπειρίες θα αυξάνονται από μέρα σε μέρα. Η εργασία είναι προσκύνημα. Στη διάρκεια της ημέρας, όταν είσαι απασχολημένος με τις εξωτερικές εγκόσμιες υποθέσεις σου, σε παρακαλώ, να είσαι πλήρως και επιμελώς αφοσιωμένος σε αυτό που κάνεις, ώστε ο νους σου να είναι τελείως απορροφημένος στην εργασία σου. Αν υπάρχουν στιγμές που ο νους σου είναι ελεύθερος, πρέπει αυτές να χρησιμοποιούνται για την επανάληψη των πέντε Ιερών Ονομάτων ή στη γλυκιά σκέψη του Διδασκάλου ή ακούγοντας το Ηχητικό Ρεύμα, εάν έχεις φτάσει στο σημείο να το ακούς. Όλα αυτά ίσως φαντάζουν δύσκολα στην αρχή, αλλά σιγά-σιγά ο νους φτιάχνει μια συνήθεια και σύντομα αρχίζει να του αρέσει και να απολαμβάνει τους διαλογισμούς και αυτού του είδους την αληθινά ορθή ζωή. Τα εξωτερικά λάθη πρέπει να τα παρακολουθείς με αυστηρό βλέμμα και να αφαιρείς τα ατοπήματα μέρα με την ημέρα.

Οι σκέψεις είναι ισχυρότερες από τις πράξεις. Μπορείς να αποφεύγεις τις εγκόσμιες αρνητικές σκέψεις και να αναπτύξεις θείες σκέψεις, καλλιεργώντας μια έντονη αίσθηση συνεχούς και γεμάτης Αγάπη ενθύμησης του Διδασκάλου. Θα διαπιστώσεις ότι λειτουργεί σαν πανοπλία για τον μαθητή

ενάντια στις επιθέσεις του νου και της ύλης, όταν εκτίθεσαι χωρίς οίκτο στις επιθέσεις τους. Ο εγωισμός, που είναι έμφυτος, αποσπά το νου από τη δεκτικότητα των θετικών σκέψεων και την καλοσύνη. Η παρακολούθηση των σκέψεων περιλαμβάνει επαγρύπνηση του νου ενάντια στα διάφορα ελαττώματα τα οποία γνωρίζεις. Πρόκειται για μια σταδιακή διαδικασία αντικατάστασης των ελαττωμάτων με ευγενείς αρετές.

Μην αποκαρδιώνεσαι. Προσπάθησε να επανακτήσεις την Εσωτερική σου χαρά, κάνοντας το καλύτερο δυνατό και αφήνοντας τα υπόλοιπα στη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη που εργάζεται άνωθεν. Ακόμα και το σκοτεινότερο σύννεφο θα έχει ασημένιο περίγραμμα κάπου. Εκείνος έχει πλήρη επίγνωση της αγωνίας σου και περιμένει με ανυπομονησία να σε υποδεχθεί Εσωτερικά, στους διαλογισμούς που γίνονται με πίστη. Πρέπει να επαγρυπνείς, μήπως και ο υποσυνείδητος νους σου τρέφεται με σκέψεις κατήφειας και νοσηρότητας. Δεν κάνει καμία διάκριση μεταξύ εποικοδομητικών και καταστροφικών ερεθισμάτων. Λειτουργεί με το υλικό που τον τρέφεις, μέσω των σκεπτομορφών σου. Ο υποσυνείδητος νους θα ερμηνεύσει ως πραγματικότητα μια σκέψη που κινείται από φόβο εξίσου εύκολα, όπως μια σκέψη που οδηγείται από γενναιότητα ή πίστη. Ακριβώς όπως ο ηλεκτρισμός θα κινήσει τους τροχούς της βιομηχανίας και θα προσφέρει χρήσιμες υπηρεσίες ή θα αφαιρέσει ζωή, εάν τον μεταχειριστούν με λανθασμένο τρόπο. Είσαι σε πολύ μεγάλο βαθμό ελεύθερος σε αυτό το θέμα, να είσαι δεκτικός σε σκέψεις πίστης, Αγάπης, αφοσίωσης, ταπεινότητας και αυτοπαράδοσης, που με την σειρά τους θα σε ευλογήσουν με ειρήνη και αρμονία. Μην εμμένεις να συλλογίζεσαι τη σύγχυσή σου, αλλά αντιμετώπιζε κάθε περίσταση με θάρρος. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι μαζί σου.

Ο νους έχει την τάση εδώ και αιώνες να περιφέρεται και δυσανασχετεί στην ακινησία και την ηρεμία. Ωστόσο, πρέπει να αλυσοδεθεί και να συντονιστεί με το ιερό Φως και το Ηχητικό ρεύμα. Έχεις δίκιο πως η μια ή η άλλη δικαιολογία

είναι ***πάντοτε*** έτοιμη, ώστε να αποφευχθεί η ιερή διαδικασία της Εσωστροφής. Η γλυκιά βούληση και οι ειλικρινείς προσπάθειες είναι η βάση για επιτυχημένα αποτελέσματα. Είναι μια αργή αλλά σίγουρη διαδικασία. Οι επίμονες προσπάθειες, με βαθιά πίστη και θρησκευτική θέρμη, φέρνουν ειρήνη και αρμονία. Το Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων, όλες τις ώρες, είναι ευεργετικό, γιατί έτσι ο νους δεν αφήνεται ξέφρενος να κάνει αρνητικές σκέψεις και τελικά, βοηθιέται στη συγκέντρωση και την Εσωστροφή. Όταν είσαι στη δουλειά, να είσαι πλήρως στην δουλειά, καθώς η δουλειά είναι προσκύνημα. Όταν είσαι ελεύθερος, ο νους ας μη μένει άδειος, γιατί ***ο άδειος νους είναι το σπίτι του διαβόλου. Ας είναι ο νους απασχολημένος σε Σιμράν*** με τη γλυκιά ενθύμηση του Διδασκάλου ή ακούγοντας το Ηχητικό Ρεύμα, εάν μπορείς να το ακούς όλες τις ώρες της ημέρας. Εάν επαναλαμβάνεις τα πέντε Ονόματα νοητικά, δίχως σκέψεις για τα μάτια ή το μέτωπο κλπ, η αίσθηση ότι κάτι χτυπάει θα ξεπεραστεί. Σε παρακαλώ, προσπάθησε να μάθεις την τεχνική της απόλυτης χαλάρωσης, χωρίς να υπάρχει καμία ένταση στο σώμα. Η Διδάσκαλος Δύναμη θα φανερώσει συμπαντικό Φως Εσωτερικά.

ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ

Εάν έχεις θόρυβο στο χώρο σου, μπορείς να βρεις κάποιο μοναστήρι ή εκκλησία εκεί κοντά, όπου μπορείς να έχεις λίγη ησυχία και ηρεμία για να κάνεις τους διαλογισμούς σου.

Οι διδασκαλίες των Διδασκάλων είναι ακριβείς και συγκεκριμένες, και πέρα από κάθε αμφισβήτηση. Μπορεί κάποιος να έχει την εμπειρία του Θείου Φωτός και της Ουράνιας Μουσικής Εσωτερικά, και αυτά να τα βλέπει και τα ακούει με τα ίδια του τα μάτια και τα αυτιά με τη Χάρη του Διδασκάλου. Το κάθετι αναπτύσσεται μέρα με τη μέρα, αρκεί να συμμορφώνεται κανείς στις οδηγίες του Διδασκάλου. Η Επιστήμη αυτή είναι θετική και με επιχειρήματα, συνεπώς, είναι επιστημονι-

κή και ακριβής. Δε χρειάζεται να βασιζόμαστε σε διαδόσεις ή μαρτυρίες τρίτων. Ο Χριστός είπε: «Εάν με αγαπάτε, τηρείτε τις εντολές μου». Δεν είναι καθόλου λάθος η λατρεία του Διδασκάλου, ο οποίος μέρα με τη μέρα μας βοηθά να απολαύσουμε τις Εσωτερικές εμπειρίες. Εκείνος Αγαπά αληθινά τον Κύριο και είναι η προσωποποίηση της Αγάπης. Αγάπη και θαυμασμός προς Εκείνον είναι απλώς το να ζούμε σύμφωνα με τις εντολές Του και αυτό θα κάνει να φουντώσει μέσα μας η Αγάπη κι ο θαυμασμός για τον Κύριο. Δίχως την Αγάπη του Διδασκάλου, δεν μπορεί να υπάρξει μέσα μας Αγάπη για τον Κύριο.

Να βρίσκεις καταφύγιο στους ιερούς διαλογισμούς που είναι πανάκεια για όλα τα δεινά της ζωής. Συνέχισε τους διαλογισμούς· που θα πρέπει να επιτελούνται με αποφασιστικότητα και σταθερότητα. Σου έχει δοθεί ουράνια σύνδεση Εσωτερικά, ώστε να εργαστείς πάνω σε αυτά. Θα σου δοθούν τα πάντα και θα λάβεις όσα επιθυμείς. Μπορείς να ξεχωρίσεις συγκεκριμένες σταθερές ώρες για τους διαλογισμούς σου, πρωί και βράδυ, για να κρούεις Εσωτερικά και να λαμβάνεις τη Χάρη της Διδασκάλου Δύναμης που τόσο γενναιόδωρα ρέει προς εσένα. Χρειάζεται απλώς να το αποφασίσεις και να επιμείνεις σε αυτό με προσήλωση, αφοσίωση, πίστη και ταπεινότητα. Θα δεις ότι η Μεγαλειώδης Θεία λάμψη θα σε κατακλύσει με μακαριότητα και ηρεμία.

Ο ύπνος στη διάρκεια του διαλογισμού πρέπει να αποφεύγεται, κοιτώντας έντονα στο κέντρο από οτιδήποτε βλέπεις Εσωτερικά, φως ή σκοτάδι, γιατί όταν ατονεί αυτό το Εσωτερικό βλέμμα, έρχεται ο ύπνος ή παρεμβάλλονται τυχαίες σκέψεις. Εξάλλου, ο διαλογισμός πρέπει να γίνεται όταν είσαι ξεκούραστος και ζωηρός, μετά από φυσιολογικό ύπνο και ξεκούραση. Συμπληρωματικά, μπορείς να κάνεις κάποιες σωματικές ασκήσεις, για να αποτινάξεις τη νωθρότητα.

Ο χρόνος για διαλογισμό πρέπει να αυξάνεται σταδιακά ώστε να επιτύχουμε τον στόχο των δυο ωρών ημερησίως, και αυτό θα φέρει περισσότερη Εσωτερική μακαριότητα και αρ-

μονία. Η Εσωτερική προσοχή πρέπει να απορροφηθεί απόλυτα στο Θείο Φως ή στο Ηχητικό Ρεύμα κι έτσι θα διασφαλιστεί σταθερή πρόοδος. Η έντονη λαχτάρα για την ντάρσαν του Διδασκάλου Εσωτερικά είναι κάτι καλό, αλλά από την πλευρά σου δεν πρέπει να φαντάζεσαι τίποτα οπτικά, γιατί με αυτό τον τρόπο, η διάνοια εξακολουθεί να επεμβαίνει κι αν δε σιγήσει εντελώς, η Εσωτερική μορφή δε θα εμφανιστεί. Ο νους του μαθητή πρέπει να εκπαιδευτεί με τέτοιο τρόπο, ώστε να παραμένει τις ώρες της εγρήγορσης συνεχώς στη γεμάτη Αγάπη ενθύμηση του Διδασκάλου. Ένα τέτοιο ιερό πρόγραμμα θα σε κάνει να έχεις καλύτερους και πιο επιτυχημένους διαλογισμούς. Πρέπει να εναποθέσεις πλήρως όλες τις προσδοκίες σου και να περιμένεις υπομονετικά. Όλα τα άλλα θα έρθουν από μόνα τους.

Η ένταση που νιώθεις στο πρόσωπο και γύρω από τα μάτια μπορεί να αποφευχθεί καλύτερα, αν εστιάσεις με γλυκύτητα την προσοχή σου στο Κέντρο του Οφθαλμού *(Τρίτο Μάτι),* δίχως αδημονία για να λάβεις το ένα ή το άλλο πράγμα. Στήριξε τις ελπίδες σου εξολοκλήρου στη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη να σου δώσει και να σε ευλογήσει με οτιδήποτε θεωρείται καλύτερο για εσένα. Γνωρίζεις ότι με την επανάληψη των ιερών φορτισμένων Ονομάτων, το αισθητηριακό ρεύμα *(ψυχή)* ανεβαίνει από το σώμα και αποσύρεται στο Κέντρο του Οφθαλμού με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Η προσοχή που είναι διασπασμένη σε διάφορα μέλη του σώματος προκαλεί κάποια ενόχληση.

Δεν έχεις αναφερθεί στο Ηχητικό Ρεύμα, για το ποιους ήχους ακούς Εσωτερικά. Η ακρόαση του Ηχητικού Ρεύματος είναι εξίσου σημαντική και για αυτό χρειάζεται ο ίσος χρόνος (σιμράν και ντιάν) να αφιερώνεται σε αυτή την άσκηση. Οι ιεροί διαλογισμοί εάν γίνονται με ακριβή τρόπο είναι αποτελεσματικοί και χαρίζουν μεγάλη ηρεμία μακαριότητα και αρμονία. Εσωκλείω αντίγραφο σύντομων οδηγιών για το πώς γίνονται οι διαλογισμοί με ακρίβεια. Σε παρακαλώ, διάβασέ το προσεκτικά και πράξε αναλόγως.

Η εμφάνιση του Διδασκάλου σε κατάσταση ονείρου έχει κάποια πνευματική σημασία. Οι εγκόσμιες καθημερινές υποθέσεις και εργασίες σου έχουν να κάνουν με την σωστή ερμηνεία του ονείρου σου. Αν μπορούσες να κάνεις Σιμράν, θα είχες απολαύσει περισσότερες οδηγίες από τον Διδάσκαλο.

Όσο περισσότερο χρόνο διαθέτεις σε κάθε άσκηση, τόσο πιο πολύ θα απορροφάσαι στις Εσωτερικές αποκαλύψεις του Φωτός και του Ήχου, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Η προσοχή βλέπει τον εξωτερικό κόσμο μέσα από τα υλικά μάτια. Είναι η ίδια προσοχή που βλέπει Εσωτερικά, μέσα από το Εσωτερικό μάτι. Πρέπει απλώς να κλείσεις τα μάτια, όπως στον ύπνο, και να τα ξεχάσεις. Με αυτό τον τρόπο θα μπορέσεις να συγκεντρώσεις την προσοχή σου Εσωτερικά και δε θα υπάρξει πίεση στα εξωτερικά μάτια. Το Εσωτερικό βλέμμα θα προσαρμοστεί από μόνο του.

Εάν μπορούσες να χαλαρώσεις πλήρως στο Κέντρο του Οφθαλμού, θα διαπίστωνες πως η ψυχή τραβιέται έξω, όπως μια τρίχα από το βούτυρο, χωρίς να είναι άβολο για εσένα, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Τα Εσωτερικά φαινόμενα είναι πολύ καλά ελεγχόμενα και δεν πρέπει να έχεις καθόλου φόβους να αφήσεις το υλικό σώμα. Δεν πρόκειται να πεθάνεις, γιατί η Αργυρά Άλυσος δε θα κοπεί. Πρέπει να ακούς το Ηχητικό Ρεύμα με μεγάλη προσοχή και αυτό θα σε ευλογήσει με άσβεστη ειρήνη και αρμονία.

Όσον αφορά τους διαλογισμούς σου, δεν πρέπει να χρησιμοποιείς τα υλικά μάτια και τα αυτιά. Απλώς τα αφήνεις, όπως κάνει κάποιος που πέφτει για ύπνο, και δίχως να ασκείς καθόλου πίεση στα μάτια, το μέτωπο ή τα φρύδια. Βλέπε με το Εσωτερικό σου μάτι το Φως που εμφανίζεται σε εσένα Εσωτερικά. Σε παρακαλώ, μη βασίζεσαι στη δική σου δύναμη, για να κοιτάζεις διαπεραστικά στο Εσωτερικό δυνατό Φως, προκειμένου να το διαπεράσεις. Αντίθετα, αφήσου με γλυκύτητα στη Διδάσκαλο Δύναμη άνωθεν να σε βοήσει να έχεις αυτό το βλέμμα και να διασχίσεις το Φως. Δεν τίθεται θέμα τού να μετατοπίσεις την εστίαση. Πρέπει να ξεχνάς απόλυτα το σώμα

και το περιβάλλον, γιατί οι σκέψεις ότι επιστρέφεις στο σώμα προκαλούν πόνο, δυσάρεστα συναισθήματα κλπ.

Πρέπει να προσπαθήσεις να αναπτύξεις τη συνήθεια να κοιτάζεις σταθερά και γλυκά στο κέντρο του Εσωτερικού σκοταδιού, σταθεροποιώντας το Εσωτερικό σου βλέμμα εκεί, δίχως την τάση από την πλευρά σου να προσπαθείς να δεις το ένα ή το άλλο πράγμα. Η δυσκολία σου να σταματήσεις την εξωτερική όραση δείχνει πως δεν μπορείς να σιγήσεις επιτυχώς τη διάνοιά σου, που είναι κάτι καθοριστικό. Για να επιτύχεις τελειότητα, πρέπει να ασκείσαι με ακρίβεια και υπομονή. Φαίνεται να είναι απλό, αλλά απαιτεί υπομονή και επίμονη προσπάθεια. Όμως θα σε ανταμείψει πλούσια και αξίζει την προσπάθειά σου. Θα προχωρήσεις σταδιακά με τη Χάρη Του.

Πρέπει να απαγγέλεις κάποια προσευχή ή λατρευτικό ύμνο πριν καθίσεις για διαλογισμό. Αυτό θα δημιουργήσει μια διάθεση δεκτικότητας στους διαλογισμούς σου και θα γίνουν ευκολότεροι, πιο ενδιαφέροντες και αποδοτικοί.

Η Θεία Σοφία ανατέλλει σταδιακά, με το συντονισμό και την απορρόφηση Εσωτερικά στο Υπερπέραν, με το ιερό Νάαμ. Όσο πιο δεκτικός, χαλαρός και παραδομένος είσαι στο Θείο Θέλημα του Διδασκάλου, τόσο περισσότερη Θεία Χάρη θα ρέει προς εσένα.

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΝ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟ

Αυτή η μεγαλειώδης καθημερινή άσκηση του διαλογισμού σε συνδυασμό με αγνές, καλές σκέψεις και γλυκά ταπεινά λόγια, θα σε ευλογήσουν εν καιρώ με περισσότερη Εσωτερική δεκτικότητα, που φέρνει με τη σειρά της καλύτερα αποτελέσματα.

Η απόλυτη Εσωτερική απορρόφηση της προσοχής σου στη Θεία Μελωδία θα μεταφέρει τελικά την ψυχή σου στα Ιερά Πόδια του Διδασκάλου.

Ακόμα και αν τα φώτα αλλάζουν *(κάτι που στην πραγματικότητα δείχνει τη μη σταθερότητα της προσοχής σου),* πρέπει να συνεχίσεις να κοιτάζεις με Αγάπη στο κέντρο και αυτό θα γίνει σταθερό, φωτεινότερο και τελικά θα ανοίξει.

Φυσικά και δεν πρέπει να πιέζεσαι με κανέναν τρόπο, ούτε υπάρχει καμία ανάγκη για απεικονίσεις ή φαντασίες, γιατί οτιδήποτε υπάρχει Εσωτερικά θα αποκαλυφτεί αυτόματα και σταδιακά, καθώς θα μαθαίνεις να μπαίνεις Εσωτερικά και να κάθεσαι στο Κέντρο του Οφθαλμού (Τρίτο Μάτι).

Χαίρομαι που μαθαίνω πως ευλογήθηκες με συμπαντικές αποκαλύψεις, με το να βλέπεις πολύ Φως και να ακούς το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα, όπως καμπάνες, βιολιά, κιθάρες κλπ, να έρχονται από τη δεξιά πλευρά με τη Χάρη του Διδασκάλου. Σε παρακαλώ, κοίτα με Αγάπη στο κέντρο αυτού του Φωτός και κάνε νοητικά Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων πολύ-πολύ αργά, ίσως και με κενά, ώστε το Εσωτερικό βλέμμα να μην ενοχλείται. Θα γίνει ολοένα και φωτεινότερο και τελικά, θα σου ανοίξει το δρόμο προς τα επάνω. Το Ηχητικό Ρεύμα, όπως έρχεται από τη δεξιά πλευρά, πρέπει να το ακούς με απόλυτη προσοχή. Θα έρθει πιο κοντά, θα γίνει δυνατότερο και τελικά, θα έρχεται από επάνω.

Δεν πρέπει να δίνεις καμιά προσοχή σε κινήσεις στο κέντρο της υπόφυσης και αντί για αυτό, να κρατάς την προσοχή σου απορροφημένη, ακούγοντας το ιερό Ηχητικό Ρεύμα που έρχεται από τη δεξιά πλευρά με προσηλωμένη την προσοχή σου. Θα σε ευλογήσει με περισσότερη άσβεστη μακαριότητα και αρμονία.

Βλέπεις Θείο Φως κυρίως χρυσό και μερικές φορές μπλε χρώματος και αυτό είναι πολύ καλό. Συνιστάται να κοιτάζεις επίμονα και σταθερά στο κέντρο αυτού του Φωτός και να επαναλαμβάνεις τα φορτισμένα Ονόματα νοητικά, πάρα-πάρα πολύ αργά, ίσως και με παύσεις, ώστε να μην ενοχλείται το Εσωτερικό βλέμμα. Θα γίνεται ολοένα και λαμπρότερο και τελικά, θα διανοιχθεί και θα σου ανοίξει το δρόμο προς τα επάνω. Το ότι δεν ακούς το Ηχητικό Ρεύμα που έρχεται από

τη δεξιά πλευρά ίσως να οφείλεται σε μη ακριβή εκτέλεση της άσκησης, γιατί διαφορετικά είναι 100% κατορθωτό το να το ακούς. Θυμάσαι πως στη μύησή σου είχες το προνόμιο να ακούσεις τον ήχο του βιολιού από τη δεξιά πλευρά. Εξάλλου, δεν αφιερώνεις καθόλου χρόνο σε αυτή την άσκηση και συμβουλεύεσαι να δίνεις τον ίδιο χρόνο και σε αυτή την άσκηση, καθώς είναι ισοδύναμης αξίας *(το Ντιάν με το Μπατζάν).*

Είμαι ευχαριστημένος με τους τακτικούς και αφοσιωμένους διαλογισμούς σου, όπου ευλογείσαι με Εσωτερικές συμπαντικές αποκαλύψεις διαφόρων φωτεινών χρωμάτων και μελωδιών που έρχονται από τη δεξιά πλευρά, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Αυτά είναι πολύτιμα δώρα του Διδασκάλου που πρέπει να αναπτύσσονται από μέρα σε μέρα με σταθερούς και ακριβείς διαλογισμούς, όπως σου έχω εξηγήσει κατά καιρούς. Προσπάθησε να αυξήσεις σταδιακά το χρόνο για να καταφέρεις να απορροφηθείς σε αυτές τις Εσωτερικές αποκαλύψεις και να κάνεις μεγαλύτερη Εσωτερική πνευματική πρόοδο με τη Χάρη Του.

Το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα και οι ήχοι από καμπανάκια, κουδούνι, κεραυνό, φλάουτο και δυνατό ήχο του σφυριού *(πρόσεξε αυτό τον ήχο καλύτερα, μήπως είναι ο ήχος της καμπάνας)* που ακούς να έρχεται από τη δεξιά πλευρά είναι ανώτεροι ήχοι και πρέπει να ακούγονται με μεγάλη προσοχή. Θα έρθουν πιο κοντά, θα γίνουν δυνατότεροι και τελικά, θα έρθουν από επάνω να σε τραβήξουν στο Υπερπέραν.

Στην άσκηση του Φωτός έχεις ευλογηθεί με συμπαντικές αποκαλύψεις, έχεις δει Φως σε διάφορα χρώματα και το Μάτι του Διδασκάλου. Αυτές είναι θεμελιώδεις αποκαλύψεις του Θείου που δίνονται στο νέο μαθητή, ώστε να προχωρήσει προς το αληθινό Οίκο του Διδασκάλου. Πρέπει να κοιτάζεις με προσήλωση και Αγάπη μέσα στο Μάτι και ο Διδάσκαλος θα εμφανιστεί σε πλήρη Ακτινοβόλο Μορφή και θα μπορέσεις να Του μιλήσεις.

Το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα, μέσω των ήχων από καμπανάκια, βιολί, κογχύλι και πιάνο, που έρχεται από τη δεξιά σου πλευρά

είναι ανώτερης βαθμίδας. Το να τα ακούς με πλήρη προσοχή θα σου χαρίσει άσβεστη μακαριότητα και αρμονία και αυτό είναι κάτι που συμβαίνει στους αφοσιωμένους και πειθαρχημένους μαθητές.

Η εμφάνιση της σαγηνευτικής Ακτινοβόλου Μορφής του Διδασκάλου είναι το αποκορύφωμα της Θείας Χάρης. Σε παρακαλώ, κοίταζε με Αγάπη στα φωτεινά Του μάτια και το μέτωπο, τόσο που να ξεχάσεις τελείως τον εαυτό σου και επαναλάμβανε τα φορτισμένα Ονόματα για να ελέγχεις την αυθεντικότητά του. Θα αναπτύξεις δεκτικότητα και Εκείνος θα σου μιλά και θα νιώθεις ευγνωμοσύνη και χαρά. Οι ήχοι του βιολιού και της καμπάνας, κτυπήματα ή καμπανάκια που έρχονται από τη δεξιά πλευρά είναι εντάξει και πρέπει να τα ακούς με πλήρη συγκέντρωση. Θα πλησιάσουν, θα γίνουν δυνατότεροι και τελικά, θα έρχονται από επάνω.

Είναι το φυσικό αποτέλεσμα των γεμάτων Αγάπη τακτικών διαλογισμών σου που έχεις ευλογηθεί με άφατη χαρά και αγαλλίαση. Η βαθιά ευγνωμοσύνη σου για αυτό εκτιμάται. Μια ευγνώμων καρδιά γίνεται κατοικία όλων των αρετών.

Δεν πρέπει να νιώθεις αμφιβολίες για την περιορισμένη σου Εσωτερική πρόοδο, αλλά να προσπαθείς να είσαι πιο ακριβής και ειλικρινής. Είναι η Εσωτερική λαχτάρα της ψυχής και η έντονη γεμάτη με αφοσίωση Αγάπη που ευλογεί το νεαρό μαθητή με επιτυχημένους διαλογισμούς. Με την πάροδο του χρόνου, θα έχεις σταδιακή πρόοδο.

Η κύρια δυσκολία σου φαίνεται να είναι πως αρκετά συχνά η προσοχή σου πέφτει κάτω από το Οφθαλμικό Κέντρο και βρίσκεις τον εαυτό σου να περιπλανιέται σε σκέψεις του ενός ή του άλλου είδους. Έχουμε επί αιώνες συνηθίσει να χρησιμοποιούμε τη νοητική μας μηχανή στον εξωτερικό κόσμο και ως εκ τούτου αποκτήθηκε η τάση να ρέει προς τα έξω και προς τα κάτω. Πρέπει τώρα να αλλάξουμε τη ροή του και να πηγαίνει προς τα μέσα και προς τα επάνω μέσω του Ντιάν *(συγκέντρωση στο Οφθαλμικό Κέντρο)*. Κάθε φορά που κάθεσαι για Σιμράν *(επανάληψη)* να κάθεσαι με ήρεμο και συγκροτη-

μένο νου, αφήνοντας κατά μέρος προς το παρόν όλες σου τις έγνοιες. Το κύριο θέμα είναι να κοιτάζεις Εσωτερικά ανάμεσα στα μάτια, δίχως να πιέζεις τον εαυτό σου. Κάνε το συνήθεια να κάθεσαι άνετα, με Αγάπη και επιθυμία και σταδιακά θα δεις μια γενική βελτίωση. Όσο περισσότερο αναπτύσσεται το Εσωτερικό σου βλέμμα, τόσο περισσότερο θα νιώθεις ένα είδος ευχάριστης ησυχίας. Και τότε το αργό νοητικό Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων θα κάνει τη δουλειά του, θα αποσύρει το αισθητηριακό ρεύμα από το σώμα. Για την ακρίβεια, εσύ δεν έχεις να κάνεις πολλά, αλλά ήσυχα να αφήνεσαι στη Διδάσκαλο Δύναμη.

Δεν πρέπει να πλάθεις εικόνες ούτε να φαντάζεσαι τίποτα, γιατί οτιδήποτε υπάρχει πίσω από το σιδερένιο πέπλο θα αποκαλυφθεί από μόνο του αυτομάτως, εάν καθίσεις ήσυχα όπως ένα παιδί, δίχως προσδοκίες.

Οι εμπειρίες που έχεις όταν επαναλαμβάνεις τα φορτισμένα Ονόματα, ακόμα και στη δουλειά σου, δείχνει ότι η φιλεύσπλαχνη προστασία Του σου προσφέρεται πάντοτε. Είσαι αρκετά τυχερός που έχεις το προνόμιο να απολαμβάνεις αυτές τις γαλήνιες εμπειρίες πνευματικής μακαριότητας με τη χάρη Του.

Δεν πρέπει να τρέφεις ανησυχίες για παρόμοια συμβάντα με αυτά που βίωσες παλαιότερα. Απλώς να είσαι χαρούμενος, επαναλαμβάνοντας τα φορτισμένα Ονόματα και παράμενε στη γεμάτη Αγάπη ενθύμηση του Διδασκάλου. Φαίνεται πως είναι ένα αίσθημα σπάνιας ηρεμίας, όταν αισθάνεσαι τον κρύο αέρα να κινείται γύρω σου ενώ βρίσκεσαι σε βαθύτερο διαλογισμό.

Χαίρομαι που άκουσες τον ήχο του κοχυλιού και μετά από δύο μέρες ευλογήθηκες με μια ζωντανή εμπειρία να ταξιδεύεις σε ένα δρόμο Εσωτερικά. Σε διαβεβαιώνω πως αυτές οι εμπειρίες επιτυγχάνονται μόνο, όταν κάποιος υπερβεί τη σωματική του συνειδητότητα, έχοντας σταθερότητα, ακρίβεια και αφοσίωση στις πνευματικές του ασκήσεις. Με Αγάπη, πίστη και σοβαρότητα αυτές οι Εσωτερικές εμπειρίες θα αυξηθούν

και θα έχεις καθημερινή πρόοδο. Τη νύχτα, μετά τους διαλογισμούς και για όση ώρα δεν έχεις αποκοιμηθεί, είναι καλό και αναζωογονητικό να ξαπλώνεις ανάσκελα και να χαλαρώνεις τελείως, ενώ διατηρείς την προσοχή σου στο Οφθαλμικό Κέντρο με τη γλυκιά ενθύμηση του Διδασκάλου. Θα δεις τότε πως όλο το αισθητηριακό ρεύμα του σώματος θα αποτραβιέται στο Οφθαλμικό Κέντρο και περιστασιακά όμορφες Εσωτερικές εμπειρίες θα δίνονται στον αφοσιωμένο μαθητή. Αλλά, αυτό δεν πρέπει να λογαριάζεται ως χρόνος αφιερωμένος στην κανονική άσκηση που είναι σε καθιστή στάση.

Πρέπει να ακούς τον ήχο από το κοχύλι με μεγάλη προσοχή και με τα αυτιά σου κλεισμένα με τους αντίχειρες, γιατί αυτός ο ήχος *(του κοχυλιού)* έχει μεγάλη σημασία. Δε χρειάζεται να ανησυχείς για τους αντίχειρες αν μουδιάζουν, αλλά να απορροφάσαι γλυκά στην ακρόαση του Ηχητικού Ρεύματος. Καθαρίζει το νου, εξαγνίζει την καρδιά και εξυψώνει την ψυχ[ή].

Τις θέες που βλέπεις Εσωτερικά πρέπει να τις αφήσεις πίσω και εσύ να προχωρήσεις εμπρός. Μπορείς να ακούς το Ηχητικό Ρεύμα όλη την ώρα. Δεν υπάρχει κάποιος αυστηρός κανόνας. Το μόνο που έχεις να κάνεις είναι να είσαι γεμάτος Αγάπη και να είσαι αφοσιωμένος, για να έχεις καλά αποτελέσματα. Ας μη στέκεται η ανυπομονησία εμπόδιο. Ο χρόνος που αφιερώνεται στις πνευματικές ασκήσεις πρέπει να αυξηθεί σε περίπου δυο ώρες καθημερινά, έτσι ώστε να έχεις μεγαλύτερη πρόοδο.

Δεν πρέπει να κλείνεις με τα χέρια τα μάτια σου κατά τη διάρκεια του διαλογισμού, αλλά απλώς να κλείνεις τα μάτια απαλά, όπως κάνει κάποιος όταν είναι να κοιμηθεί. Όμως πρέπει να μείνεις απόλυτα συνειδητός και τελείως ξυπνητός Εσωτερικά, για να απολαύσεις τα Θεία οράματα. Για να εξαφανίσεις οποιαδήποτε δυσκολία μετά τους διαλογισμούς, συμβουλεύεσαι να επιστρέψεις στη σωματική συνειδητότητα αργά ή εάν οι διαλογισμοί γίνονται πριν να πας για ύπνο, θα πρέπει να εστιάζεις το Εσωτερικό σου βλέμμα στο Οφθαλμικό Κέντρο

με Αγάπη και να αποκοιμιέσαι με χαρά, επαναλαμβάνοντας τα φορτισμένα Ονόματα. Συμβαίνει κάποιες φορές οι μαθητές να μεταφέρονται στο Υπερπέραν σε αυτή την κατάσταση με τη Χάρη του Διδασκάλου. Ο χρόνος του διαλογισμού πρέπει να αυξάνεται σταδιακά, ώστε να φτάσεις στο στόχο τις δυο ώρες την ημέρα.

Μιας και καταφέρεις να ανεβαίνεις πάνω από τη σωματική σου συνειδητότητα μπαίνεις σε μια ανώτερη κατάσταση ύπαρξης, πέρα και πάνω από κάθε φιλοσοφία ή ψυχολογία. Τότε οδεύεις προς την Αναίτια Αιτία, τη Μητέρα των Αιτιών, που γνωρίζοντάς την, όλα τα υπόλοιπα αποκαλύπτονται από μόνα τους σαν ανοιχτό βιβλίο. Αυτό, λοιπόν, είναι το Άλφα και το Ωμέγα της Θρησκείας της ψυχής, που ξεκινά από εκεί όπου όλες οι θρησκευτικές φιλοσοφίες και οι συζητήσεις τελειώνουν. Σε αυτό το σημείο, κάθε σκέψη, σχεδιασμός, φαντασία και εικασίες, όπως αναφέρονται στα ημερολόγιά σας, πέφτουν σαν τα φθινοπωρινά φύλλα.

Την ώρα της μύησης προειδοποιήθηκες και σου ειπώθηκε ξεκάθαρα για αυτά που βοηθούν την πρόοδο στο διαλογισμό και για όσα στέκονται εμπόδια και καθυστερούν την πνευματική πρόοδο. Αναφέρονται ξανά παρακάτω για την καθοδήγησή σου:

Εμπόδια που καθυστερούν την πρόοδο:

1. Η αποκάλυψη Εσωτερικών εμπειριών σε οποιονδήποτε άλλον εκτός από τον Διδάσκαλο.
2. Η κατανάλωση απαγορευμένων τροφών (δηλαδή όλα τα κρέατα, πουλερικά, αυγά) και ακόμα αλκοόλ, ναρκωτικών κλπ.
3. Κενά διαστήματα χωρίς εξάσκηση και με λάθη σε οποιοδήποτε μέρος του διαλογισμού.

Δεν μπορούσες να κρατήσεις για τον εαυτό σου τη νέα χαρά και ομορφιά που σου έδωσε ο Διδάσκαλος και έσφαλες

οικτρά, μιλώντας για τις Εσωτερικές σου εμπειρίες. Η αντίδραση στο νου του Χ προξένησε την αιτία να φωλιάσουν αμφιβολίες στο νου σου. Να είσαι βέβαιος πως ο Διδάσκαλος είναι πάντοτε μαζί σου από την ώρα της μύησης, βλέποντας και αντιδρώντας σε οτιδήποτε κάνει ο μαθητής. Ο ευαγγελιστής Λουκάς είπε: «Πρόσεξε το Φως μέσα σου να μη σκοτεινιάσει». Έτσι, τώρα και πάλι, με Αγάπη και αφοσίωση, προσευχήσου στη Διδάσκαλο Δύναμη Εσωτερικά να ανοίξει το δρόμο σου. Εκείνος θα σε ακούσει. Εκείνος δε βρίσκεται μακριά σου. Οι διαλογισμοί σου θα ξαναγίνουν γλυκείς. Μεγάλες ευκαιρίες θα ανοιχθούν εμπρός σου.

ΓΕΝΙΚΑ

Έχει περάσει καιρός που δεν είχα νέα σου. Την τελευταία επιστολή σου την έλαβα και ήδη σου απάντησα. Αναρωτιέμαι γιατί υπήρξε τόσο μακρά σιωπή από την πλευρά σου. Σε παρακαλώ, κράτα με ενήμερο για την εγκόσμια καθημερινότητα και ευημερία σου καθώς και για την πνευματική σου πρόοδο.

Δε χρειάζεται να ανησυχείς για το ότι βρίσκεσαι μακριά από τον Διδάσκαλο, καθώς Εκείνος είναι πέρα από το χρόνο και το χώρο. Η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη είναι η μόνιμη και κοντινότερη συντροφιά του νεαρού μαθητή. Με ενημέρωσες για τον αγαπητό σου σύζυγο που φαίνεται να είναι πολύ καλός άνθρωπος. Διαβάζει τα ιερά βιβλία και δείχνει μεγάλο ενδιαφέρον για τα διδάγματα των Διδασκάλων. Δεν πειράζει εάν για την ώρα δεν το σκέφτεται να ζητήσει την μύηση στα μυστήρια του Υπερπέραν. Τα ευγενικά και σπλαχνικά αισθήματά σου για την πνευματική του ευημερία μαζί με την φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη θα το καταστήσουν δυνατό να δει το Θείο Φως στο μέλλον. Σε παρακαλώ, διαβίβασέ του την Αγάπη μου και ενθάρρυνέ τον να μου γράψει για περαιτέρω διευκρινήσεις, εάν επιθυμεί, σχετικά με το θέμα.

Λυπάμαι που απεβίωσε η αγαπητή θεία σου, για την οποία

δε χρειάζεται να ανησυχείς, καθώς η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη έχει αναλάβει πλήρως τη φροντίδα της στο Υπερπέραν. Δε χρειάζεται να αγωνιάς για τους ασθενείς σου με τους οποίους πρέπει να παραμείνεις λόγω καθήκοντος και υποχρεώσεων. Αυτό θα πρέπει να εκλαμβάνεται ως υπηρεσία προς τον Διδάσκαλο. «Η εργασία είναι προσκύνημα» και πρέπει να γίνεται δεκτή υπό αυτό το πρίσμα. Θα πρέπει να είσαι πιο υπομονετική και ανεκτική με τους γηραιούς ασθενείς που δεν μπορούν να φερθούν σωστά.

Αξιόλογη Εσωτερική πρόοδος δεν μπορεί να υπάρξει, μέχρι να μάθεις να ζεις μια καλά οργανωμένη και πειθαρχημένη ζωή. Ένα τακτικό πρόγραμμα με αφοσιωμένους διαλογισμούς, πρωί και βράδυ, παράλληλα με την απομάκρυνση όλων των κατώτερων επιθυμιών και των αισθησιακών ορμών, θα σε ευλογήσουν με Εσωτερική δύναμη και σθένος να συνεχίσεις τις ημερήσιες υποχρεώσεις σου, αλλά και να διασφαλίσεις την Εσωτερική πνευματική σου πρόοδο.

Η πνευματική σου πρόοδος μού είναι πολύ σημαντική και σου εύχομαι να επωφεληθείς από τη χρυσή ευκαιρία που σου έχει δοθεί στο ανθρώπινο σώμα και να πασχίσεις να κάνεις εκ νέου προσπάθειες να εκπληρώσεις τις πνευματικές σου υποχρεώσεις προς τον εαυτό σου και προς τον Διδάσκαλο. Οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σου. Το ζητούμενο είναι να γίνεις συνειδητά ενήμερος της Θείας Παρουσίας της Φιλεύσπλαχνης Διδασκάλου Δυνάμεως που βρίσκεται μαζί σου κάθε στιγμή.

Εάν κάνεις την Αυτογνωσία και τη Θέωση σκοπό της ζωής σου, ανεξάρτητα με ποιο επάγγελμα ασχολείσαι, θα αφυπνιστείς στη γνώση της γεμάτης με Αγάπη καθοδήγησης και προστασίας Του σε κάθε βήμα της πορείας σου. Με αυτό τον τρόπο δε θα υπάρχει λόγος για επίδειξη. Θα αναπτυχθείς στην Αγάπη για το Θεό και το Θεό μέσα σε όλες τις καρδιές και τότε θα αποκτήσεις αληθινή αντίληψη της Αγάπης. Κάθε έκφρασή σου στην ζωή θα ακτινοβολεί το Φως Του και την Αγάπη μέσα σου.

Ποιος μπορεί να σου διδάξει την «Τέχνη της Αγάπης»; Εκείνος που είναι η Ενσάρκωση της Αγάπης και ξεχειλίζει με τη μεθυστική Αγάπη του Θεού για όλη την Δημιουργία. Δεν υπάρχει ανώτερη Αγάπη, σε όλον τον κόσμο, από την Αγάπη για τον Θεό και για τον ενσαρκωμένο Λόγο.

Όποιος Τον συλλογίζεται, διαβάζει τα γραπτά Του, μιλά για Εκείνον και διαλογίζεται σε Εκείνον, θα γίνει σαν Εκείνον. Γνώριζε πως τίποτα δεν πρέπει να στέκεται μεταξύ εσένα και του Διδασκάλου σου. Όσο περισσότερο αφήνεσαι σε κατάσταση απόλυτης αυτοπαράδοσης, τόσα περισσότερα θα λάβεις.

Μια πειθαρχημένη ζωή με αφοσιωμένους διαλογισμούς και ειλικρινή βίο θα σε φέρει κοντύτερα στο στόχο σου στη ζωή. Οι ευλογίες μου είναι πάντα μαζί σου.

Για το βιβλίο που αναφέρεις πως θα στείλεις εδώ θα ειδοποιηθείς για την παραλαβή του. Τα καλά βιβλία είναι βοηθητικά, αλλά υπερβολική ασχολία με τέτοια βιβλία οδηγεί σε κυκεώνες. Μπορείς να μελετήσεις τα ιερά βιβλία που εκδίδονται εδώ, τα οποία θα σε ευλογήσουν με ορθή κατανόηση του Ιερού Μονοπατιού, για να απολαμβάνεις χαρούμενη και ήρεμη ζωή.

Η μελέτη της Φιλοσοφίας των Διδασκάλων που εκδίδεται από το Σάτσανγκ της Μπεάς είναι μια ελεύθερη μετάφραση του βιβλίου «Γκουρμάτ Σιντάτ». Στο σύνολό του, αξίζει η ανάγνωση. Κάποιες σημαντικές υποσημειώσεις έχουν παραλειφθεί. Εάν πάντως υπάρξει οποιαδήποτε σύγχυση, είσαι ευπρόσδεκτος να ζητήσεις επεξηγήσεις.

Μια αντικειμενική και προσεκτική μελέτη των ιερών βιβλίων που εκδόθηκαν εδώ θα σε ευλογήσει με περισσότερη ορθή κατανόηση. Αυτά δε χρειάζονται περαιτέρω ερμηνείες. Πάντως, εάν προσπαθήσεις να εξετάσεις τα λεπτά σημεία που αναλύουν, θα πρέπει να είσαι πιο δεκτικός, βάζοντας τελείως τον εαυτό σου στην άκρη και αφήνοντας τη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη να εργαστεί μέσα από εσένα. Τα ομαλά αυλάκια παίρνουν νερό με τη ροή, μέσα από αυτά της Θείας

Χάρης και για να αποκομίσεις το μέγιστο όφελος, θα πρέπει να αποκηρύξεις το εγώ και να είσαι πιο ταπεινός.

Εάν αποδεχθείς το Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων ως αρχέτυπα Ονόματα του Θεού, τότε θα μπορείς να τα επαναλαμβάνεις με στοργή, Αγάπη και αφοσίωση.

Πρέπει να ακτινοβολείς ευγενείς σκέψεις για την πνευματική ευημερία της κόρης σου, που με την σειρά της θα ωφεληθεί από τη φιλεύσπλαχνη προστασία της Διδασκάλου Δυνάμεως. Μπορείς να της πεις να μου γράψει τα πάντα για την κατάστασή της και μετάφερέ της την Αγάπη μου για εκείνη.

Όλη η αλληλογραφία είναι απόρρητη κι εκτός από τον προσωπικό μου βοηθό που παίρνει οδηγίες για να συντάσσει απαντήσεις, κανείς άλλος δε διαβάζει τα γράμματα που λαμβάνονται από τους αγαπητούς. Μπορείς να ζητήσεις από τη φίλη σου να μου γράψει για πνευματικά θέματα στα οποία θέλει διευκρινήσεις. Σε παρακαλώ, διαβίβασέ της την Αγάπη μου.

Δεν γνωρίζουμε τη μέθοδο του Νόες (Noyes), για να ελέγχεται ο οργασμός και να μη χάνεται πολύτιμο υγρό. Δε φαίνεται να είναι συνετό το να αφυπνίζονται τα ζωώδη πάθη και στη συνέχεια, να μοχθεί κάποιος να τα καταστείλει. Τέτοια πράγματα είναι πιθανό να δημιουργήσουν περισσότερο χάος, ακόμα και νοητική και σωματική σύγχυση.

(Ερώτηση σχετικά με πράξεις που γίνονται για να προκαλέσουν σεξουαλική επιθυμία, πνευματική ζημία σε γυναίκες, λόγω οργασμού και πνευματικό κίνδυνο για παντρεμένα ζευγάρια που έχουν σεξουαλικές επιθυμίες).

Όλες αυτές οι ερωτήσεις αφορούν λάθη στην αγνότητα και κάθε σκέψη σε οποιοδήποτε από τα θέματα που αναφέρεις πιθανότερο είναι να προκαλέσει ζημιά παρά όφελος. Σε παρακαλώ, θυμήσου πως ο νους είναι μια αδρανής δύναμη που οδηγείται και διοχετεύεται από τη διάνοια, όταν προκειμένου να υπάρξει ικανοποίηση, τα αισθητηριακά όργανα μπαίνουν

σε λειτουργία. Η σε λανθάνουσα κατάσταση Εσωτερική ροπή του νου προκαλεί τη διάνοια να επιδιώξει την ικανοποίηση σε αντικείμενα των αισθήσεων και εάν η δεξαμενή του υποσυνείδητου νου δε στερέψει από σαρκικές επιθυμίες και πάθη με παρατεταμένη πειθαρχία και διαλογισμό, είναι δύσκολο να ξεπεραστούν οι κατώτερες έλξεις. Οι επιθυμίες είναι η αιτία κάθε δυστυχίας. Η ακρόαση του Ιερού Ηχητικού Ρεύματος με απόλυτη προσοχή και η άσκηση με παρατεταμένους διαλογισμούς στο Θείο Φως θα σε ευλογήσουν να απαλλαχθείς από αυτές τις επιθυμίες. Ο αυτοέλεγχος οδηγεί στην αληθινή ευτυχία. Όπως ένα πουλί, οι επιθυμίες βρίσκουν καταφύγιο κουρνιάζοντας στις αισθήσεις, καταλαμβάνοντας τις σκέψεις, μολύνοντας τη διάνοια και οδηγώντας ολέθρια τον πνευματικό αναζητητή στο βούρκο του ξεπεσμού. Μια απόλαυση που είναι πικρή στην αρχή, μα γλυκιά στο τέλος αξίζει να την επιδιώξουμε. Πρέπει να προσπαθήσεις να αφομοιώσεις αυτές τις αλήθειες με κάθε σοβαρότητα, για να καταλήξεις σε οριστικά συμπεράσματα για την ανάγκη προσαρμογής σου.

Δε συνιστάται να ζουν οι μαθητές μαζί ως σύζυγοι, εάν δεν είναι νομότυπα παντρεμένοι. Αυτό συνιστά μοιχεία.

Ο άνθρωπος είναι ένα συνειδητό όν και του έχει δοθεί η ικανότητα της διάκρισης του σωστού από το λάθος. Όταν ο άνθρωπος υστερεί στην ικανότητα της διάκρισης, έχει τη χρυσή ευκαιρία να προσεγγίσει κάποιον Διδάσκαλο ο οποίος μπορεί να του δώσει οδηγίες και ορθή κατανόηση στα λεπτά ζητήματα της συμπεριφοράς και των πράξεών του. Τα ιερά βιβλία που έχουν γραφτεί από τον Διδάσκαλο καλύπτουν κάθε πτυχή της πνευματικότητας και πρέπει να μελετηθούν, με σκοπό να διευκρινιστεί το πώς πρέπει να ενεργεί κάποιος στην καθημερινότητά του. Υπάρχει και άλλη βιβλιογραφία στο ίδιο θέμα και το φυλλάδιο με τίτλο «Επτά Μονοπάτια προς την Τελειότητα», το οποίο θα έπρεπε να διαβάσεις προσεκτικά, με σκοπό να γνωρίσεις τις αρετές που εξευγενίζουν και που θα έπρεπε να αναπτυχθούν, σε αντίθεση με τα λάθη που πρέπει να αποφεύγονται, όπως αναφέρονται και στο ημερολόγιο αυτοενδο-

σκόπησης. Έτσι, θα είσαι παράδειγμα προς μίμηση για τον τρόπο ζωής σου. Τα υπόλοιπα εξαρτώνται από εσένα. Αυτό το ημερολόγιο μπορεί να χρησιμοποιηθεί με επιτυχία σε κάθε περίσταση που μπορεί να προκύψει στη ζωή και έτσι, δε θα υπάρχει λόγος να γράφεις στον Διδάσκαλο για το παραμικρό συμβάν, στο οποίο λίγη ειλικρίνεια και εφαρμογή της κοινής λογικής να έχεις θα σου δείχνει την ορθή πορεία δράσης.

Δεν πρέπει να ανησυχείς για παλαιό ή νέο κάρμα. Εάν κάθε στιγμή παρακολουθείς συνειδητά τη συμπεριφορά σου, μια ήρεμη θεώρηση θα αντικαταστήσει την τυφλή ενστικτώδη αντίδραση σε ορισμένες καταστάσεις στην ζωή, όπου παρουσιάζεται η επιλογή ανάμεσα στο να διαπράξεις ένα λάθος στη συμπεριφορά ή να το αποφύγεις.

Η Χάρη και το έλεος της φιλεύσπλαχνης Διδασκάλου Δύναμης εργάζεται συνεχώς άνωθεν. Επαφίεται σ' εσένα να αξιοποιήσεις αυτή την ευνοϊκή συνθήκη που σου προσφέρεται, συντονίζοντας την προσοχή σου Εσωτερικά και διάγοντας μια καλά ρυθμισμένη ζωή που βασίζεται στην πνευματική πειθαρχία. Όλες οι προσπάθειες που γίνονται προς αυτή την κατεύθυνση, είναι σίγουρο πως θα φέρουν επιτυχή αποτελέσματα με τη Χάρη Του.

Λυπάμαι για τις προσωπικές σου υποθέσεις, που νιώθεις πληγωμένος, συγχυσμένος και μπερδεμένος. Η παρούσα γήινη ζωή βασίζεται κυρίως στην αντίδραση του κάρμα του παρελθόντος, που καθορίζει πόνο ή ευχαρίστηση, υγεία ή ασθένεια, δόξα ή αφάνεια. Ωστόσο, μια καλά σχεδιασμένη και πειθαρχημένη ζωή που βασίζεται στην πνευματική μακαριότητα συντελεί πολύ στο να ανοιχθούν νέες θέες ειρήνης και αρμονίας. Τα σκαμπανεβάσματα είναι συνήθη και αναμενόμενα χαρακτηριστικά της γήινης ζωής και πρέπει να αντιμετωπίζονται υπό το πρίσμα της παροδικής τους φύσης. Πρέπει να ακολουθείται με χαρά η χρυσή αρχή της αποδοχής της χαράς και των δυσκολιών της ζωής, σε πνεύμα νοητικής σταθερότητας και ισορροπίας, προς μέγιστο πνευματικό όφελος. Η ζωή του μυημένου είναι σαν μια τράπεζα που τίθεται υπό

εκκαθάριση, όπου κάθε δεκάρα πρέπει να καταμεριστεί και να αποπληρωθεί, ώστε να αποδεσμευθεί η ψυχή από παλαιά καρμικά χρέη. Εάν αποδεχτείς όλα τα γεγονότα με αυτό το πνεύμα ορθής κατανόησης, θα είσαι πιο θετικός, ευτυχισμένος και εύθυμος. Οι νόμοι των ουρανών δεν υπόκεινται σε λάθη. Ωστόσο, η θεία διευθέτηση οπωσδήποτε έχει αρωματιστεί με έλεος. Ένα πνευματικό εξελιγμένο άτομο θα υπερβεί όλες τις δυσκολίες της υλικής ζωής, ταυτίζοντας τη δική του θέληση με τη θέληση του Κυρίου.

Πρέπει να αποδεχτείς οποιαδήποτε καλή εργασία βρεθεί μπροστά σου και να τη διεκπεραιώνεις με Αγάπη. Η πρόνοια έχει μεριμνήσει επαρκώς για τη συντήρησή σου, σύμφωνα με το κάρμα σου. Είσαι σώφρων άνθρωπος, συνεπώς, προσαρμόσου στις περιστάσεις. Σε παρακαλώ, σημείωσε πως η ανθρώπινη ζωή είναι πολυτιμότατη και κάθε μέρα που περνά θα πρέπει να αξιοποιείται με τον καλύτερο τρόπο προς επιτάχυνση της πνευματικής σου προόδου.

Με ευγενικές σκέψεις σου εύχομαι να επιδοθείς με όλο σου το νου και την ψυχή στην υπηρεσία του ιερού Λόγου και ο ιερός Λόγος θα φροντίσει για εσένα.

«Υπηρεσία του Θείου Λόγου» σημαίνει απλώς ότι επικοινωνείς ή συντονίζεσαι στο Ιερό Ηχητικό Ρεύμα, που είναι ο ζωτικός παλμός που ζωοποιεί τα πάντα στην αχανή Δημιουργία, ορατά ή αόρατα. Είναι η ζωή της ζωής μας, η πρώτη Αρχή της Θειότητας και καθώς είναι ο Θεός σε Ύπαρξη, πρέπει να προσεγγιστεί και να επέλθει απορρόφηση και ανάμιξη με Εκείνον. Μια βουτιά εκεί είναι το να βυθίζεσαι στον Ωκεανό της Παν-συνειδητότητας. Καθαγιάζει την ψυχή από μυριάδες καρμικές εντυπώσεις που έχουν αποτυπωθεί στον νου για αναρίθμητους αιώνες. Αυτό, λοιπόν, είναι η υπηρεσία στον ιερό Λόγο ή το Άγιο Πνεύμα που εκδηλώνεται ως θείο Φως και Ήχος.

Ο νους έχει τεράστιους ορίζοντες δραστηριότητας. Δυσανασχετεί στην Εσωτερική σιωπή και την απορρόφηση, με αποτέλεσμα αντί για ησυχία, να επιβάλλει περισσότερη σύγχυση.

Σου ζητείται να αποφεύγεις οποιεσδήποτε σκέψεις, καθ' όλη τη διάρκεια των καθημερινών εργασιών σου, και να προσπαθείς να κρατάς το νου απασχολημένο είτε στο Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων ή στη γεμάτη Αγάπη ενθύμηση του Διδασκάλου ή στην ακρόαση του Ιερού Ηχητικού Ρεύματος, που έρχεται από τη δεξιά πλευρά. Αυτή είναι η πανέμορφη λύση για όλα τα προβλήματα που προκαλεί ο νους. Θα διαπιστώσεις πως ένα τέτοιο ιερό πρόγραμμα θα έχει ευεργετικά αποτελέσματα στους τακτικούς ιερούς διαλογισμούς σου, που θα γίνουν πιο αποδοτικοί και θα σου φέρουν αρμονία.

Η Αγάπη του Διδασκάλου για το μαθητή είναι απρόσωπη και ενέχει βαθύτατη πνευματική σημασία. Είναι μια ιερή καθαγιαστική σπίθα που άναψε στην ψυχή από τον φιλεύσπλαχνο Διδάσκαλο την ώρα της μύησης. Καρποφορεί ταχύτατα σε καρδιές που είναι γεμάτες υπακοή, Αγάπη και ευλαβική ταπεινότητα. Ένιωθα πάντοτε Αγάπη για εσένα και συνεχίζεις πάντοτε να μου είσαι πολύ αγαπητός και εύχομαι να προοδεύσεις. Να είσαι σίγουρος γι' αυτό.

Η Θεογνωσία έρχεται μετά την Αυτογνωσία. Όταν ο νεαρός μαθητής επιτύχει την επάρκεια στις θείες αρχές του Φωτός και του Ήχου, τις θεμελιώδεις εκφράσεις της Θειότητας που ήδη υπάρχουν Εσωτερικά, ο Ήλιος της πνευματικότητας θα λάμψει σε όλο του το μεγαλείο, χαρίζοντάς του σπάνια μακαριότητα. Τότε θα γίνει και συνειδητός συνεργάτης του Θείου Σχεδίου. Ο πειθαρχημένος μαθητής πάντοτε συνεχίζει να αναπτύσσει μέσα του Αγάπη γεμάτη με αφοσίωση για την Εσωτερική Διδάσκαλο Δύναμη και να διάγει έναν ολοκληρωμένο βίο.

Χαίρομαι που κάνεις τα Σάτσανγκ, όταν λείπει ο αγαπητός και που η ομάδα του Σάτσανγκ εκεί προχωρά σταθερά με τη Χάρη του Διδασκάλου. Η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη διαλέγει τις άξιες ψυχές που θα εργαστούν στο Θείο Σχέδιο. Η γεμάτη με Αγάπη ανιδιοτελής εργασία σου να βοηθάς την ομάδα εκτιμάται και θα είναι βοηθητική στην Εσωτερική σου πρόοδο. Πρέπει να είσαι πολύ καλά προετοιμασμένος για

τις ομιλίες που θα δοθούν σε τέτοιες περιστάσεις και να προσπαθείς να είσαι πιο ταπεινός και δεκτικός στο ιερό παλμό που ακτινοβολείται από την Διδάσκαλο Δύναμη άνωθεν. Θα διαπιστώσεις πως όσο πιο ανιδιοτελής και δεκτικός γίνεσαι, τόσο περισσότερη θεία Χάρη θα σου δίδεται, με ολοένα αυξανόμενη αφθονία και θα διαποτιστείς πέρα ως πέρα με τη Χάρη του Διδασκάλου. Απλώς συντόνισε τον εαυτό σου με την Εσωτερική ροή και μίλησε όπως εμπνέεσαι από μέσα σου.

Έχω λάβει ένα γράμμα από τον αγαπητό Χ και του γράφω ξεχωριστά. Είναι απόλυτα φυσικό όταν δυο καρδιές αγαπιούνται, να βιώνουν τον αποχωρισμό.

Σε παρακαλώ, πρόσεξε ότι οι ειλικρινείς προσπάθειες για να εδραιωθούν οι ιεροί δεσμοί συναδέλφωσης και αδελφότητας μεταξύ των αγαπητών θα φέρουν καρπούς τον πρέποντα χρόνο με τη Χάρη του Διδασκάλου. Πάντοτε τόνιζα τη σπουδαιότητα της αμοιβαίας εμπιστοσύνης και ανοχής μεταξύ των αγαπητών μαθητών, ειδικά εκείνων που βρίσκονται ψηλά, που θα έπρεπε να είναι υπόδειγμα ταπεινότητας, Αγάπης και αφοσίωσης.

Πρέπει να διαβάσεις το «Επτά μονοπάτια προς την Τελειότητα» στο οποίο αναφέρεται ότι πρέπει να παρέχεται βοήθεια σε αυτούς που έχουν ανάγκη, στους γυμνούς, τους φτωχούς, σε όποιους δεν έχουν κανέναν άλλον να νοιαστεί για την ευημερία τους. Σε όσους δεν το αξίζουν, μπορείς να αρνηθείς ευγενικά.

Οι ιερές φιλοδοξίες σου να υπερβείς τον εγωισμό εκτιμώνται. Πρέπει να αφιερώσεις τον εαυτό σου σε ανιδιοτελείς υπηρεσίες στον ιερό σκοπό, που θα διευρύνει τον Εσωτερικό εαυτό και τότε θα ευλογηθείς με πνεύμα αυταπάρνησης. Η ταπεινότητα και οι ανιδιοτελείς υπηρεσίες γεννούν περισσότερη αφοσίωση και Αγάπη στη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη. Μια καλά πειθαρχημένη και οργανωμένη ζωή είναι ένα περιουσιακό στοιχείο, όταν έχεις τη δυνατότητα να αφιερώσεις την ζωή σου για την πνευματική πρόοδο και να επιτύχεις τον σκοπό σου, σταδιακά, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Σε δια-

βεβαιώνω ότι οι ένθερμες προσευχές, όταν συνοδεύονται με ειλικρινείς προσπάθειες, οπωσδήποτε ευλογούνται με καρποφορία. Μπορείς να ανατρέξεις στο μήνυμά μου για τα γενέθλια του Διδασκάλου μου και προσπάθησε να αφομοιώσεις τη σπάνια αξία του.

Η πίστη αναπτύσσεται σε αγνές και ταπεινές καρδιές που είναι γεμάτες απλότητα και ευγνωμοσύνη.

Η Θεία Θέληση εργάζεται για το πνευματικό όφελος των αγαπητών και τυχεροί είναι εκείνοι που παραδίδονται σε Εκείνον και αποδέχονται τις χαρές και τις λύπες της ζωής στη γη χαρούμενα, θεωρώντας τες βοηθητικές στην πνευματική τους πρόοδο. Κάθε ημέρα φέρνει ανείπωτες ευκαιρίες για καλοσύνη και πρόοδο σε ένα σοφό άτομο, ώστε να το διαπλάσουν στο καλούπι της θειότητας. Ο συλλογισμός είναι βοήθημα, αλλά είναι και εμπόδιο. Η ανθρώπινη διάνοια είναι επιρρεπής σε λάθη και η αμφιβολία καταρρακώνει τους αδύναμους νόες. Το ιερό Νάαμ που σου έχει δοθεί είναι ο “άρτος και το ύδωρ της ζωής”. Αυτά πρέπει να τρώγονται και να πίνονται με Αγάπη, τακτικά, για να υπάρχει δύναμη ψυχής. Κάθε φορά που συμβαίνει να καταλαμβάνεσαι από αρνητικές σκέψεις, απλώς επαναλάμβανε τα πέντε φορτισμένα Ονόματα και να σκέπτεσαι γλυκά τον Διδάσκαλο. Τότε αυτοστιγμεί θα ευλογηθείς με προστασία.

Η Θεία γνώση, όπως αντιλαμβάνεσαι, δεν είναι απλώς μια κατανόηση ή συνειδητοποίηση, αλλά είναι μια πραγματικότητα που βρίσκεται σε πλήρη ταύτιση και εναρμόνιση με το Ιερό Νάαμ - τη Δύναμη του Θεού σε Έκφραση. Γνώριζε, ωστόσο, πως η ***σκέψη είναι μια έκφραση του ανθρώπου, μια αφηρημένη ιδιότητα που δίδεται στους ανθρώπους για ομαλή λειτουργία σε αυτό τον κόσμο***. Όμως πρέπει να υπερβείς τη σφαίρα της διάνοιας, ακινητοποιώντας την και οι θείες αποκαλύψεις του Φωτός και του Ηχητικού Ρεύματος θα επαναφορτίσουν την ψυχή σου με Θειότητα και θα φέρουν την τελική συγχώνευση με το Απόλυτο.

Οι επιθυμίες είναι η ρίζα όλων των ταραχών και των βα-

σάνων. Θα πάψεις να έχεις επιθυμίες με την τακτική ακρόαση του Ιερού Ηχητικού Ρεύματος για κάποιο χρονικό διάστημα. Θεωρείται μια δοκιμασμένη μέθοδος. Η συγχώνευση της ψυχής στο ιερό Σαμπντ δίνει τέτοια άφατη μακαριότητα και αρμονία, που οι ρίζες των επιθυμιών καταστρέφονται για τα καλά.

Είναι συνηθισμένο για ένα παιδί να πέφτει ενώ περπατά, αλλά πρέπει να σηκώνεται για να συνεχίσει εμπρός.

Η Θεία Αγάπη υπερβαίνει κάθε ερώτημα ή περιγραφή.

Τα διδάγματα του Διδασκάλου δεν αγγίζουν την κοινωνική δομή της ζωής και συνεπώς, δεν υπάρχει παρέμβαση στα χιλιάδες μικρά καθήκοντα της καθημερινότητας που μπορεί να έχει να κάνει κάποιος. Τονίζεται ότι η εργασία πρέπει να γίνεται ως μέρος των καθηκόντων μας. Κανείς δεν πρέπει να είναι πλήρως ταυτισμένος ή προσκολλημένος στην επαγγελματική του εργασία, καθώς αυτό φέρνει τον όλεθρο στην πνευματική του πρόοδο. Καλό είναι και πρέπει να εργάζεται κάποιος. Η εργασία είναι προσκύνημα, αλλά πρέπει κανείς να αφιερώνει τα πάντα στον Διδάσκαλο και να μην προσκολλάται πολύ σε τίποτα. Μια νοσοκόμα εργάζεται αποτελεσματικά και με χαρά, για να αναθρέψει ένα παιδάκι, χωρίς καμιά προσκόλληση και με αντάλλαγμα την αμοιβή που παίρνει. Έτσι πρέπει να κάνουμε με κάθε εργασία. Με αυτό τον τρόπο αποδίδουμε τις υποχρεώσεις μας στο υλικό επίπεδο και ρευστοποιούνται ομαλά οι καρμικές δοσοληψίες μας. Συνεπώς, μπορείς να κάνεις οποιαδήποτε έντιμη εργασία θα σου αποφέρει μεγαλύτερο οικονομικό όφελος, υπό τον όρο πως θα μπορείς να μην ξεχνάς ή να μην παραβλέπεις τους διαλογισμούς σου. Ενώ εκπληρώνεις τις εγκόσμιες υποχρεώσεις, ας μην παραμελείς τις πνευματικές σου.

Λυπάμαι για την αγαπητή Β της οποίας η στάση απέναντί σου έχει ψυχρανθεί. Τα παιδιά μεταξύ τους δεν πρέπει να κλονίζονται, καθώς αυτό προκαλεί ταραχή και δυσαρμονία, ενώ η γεμάτη Αγάπη συνεργασία και η ανοχή φέρνουν ειρήνη και ηρεμία. Στους μαθητές έχει τονιστεί η σημασία του να μην

αποκαλύπτουν τις Εσωτερικές τους εμπειρίες, κάτι που είναι ολέθριο για την πνευματική τους πρόοδο. Εάν εκείνη, με τη Χάρη του Διδασκάλου, έχει κάποιες Εσωτερικές εμπειρίες, αυτές είναι αποκλειστικά για εκείνην και δε χρειάζεται να τις παρουσιάζει ή να τις κοινοποιεί σε άλλους. Εσύ από την πλευρά σου, δεν πρέπει να μπλέκεσαι στις διάφορες ερμηνείες της, αλλά να είσαι με χαρά αφοσιωμένος στους δικούς σου διαλογισμούς, για να αποκομίσεις το μέγιστο Εσωτερικό όφελος. Η πνευματική ανάπτυξη είναι κάτι προσωπικό και ο καθένας πρέπει να εργαστεί για να κερδίσει ο ίδιος για τον εαυτό του το δικό του μερίδιο.

Κανένας μυημένος δεν μπορεί να αναλάβει το Καρμικό βάρος άλλων. Είναι μόνο η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη που εργάζεται μέσα σε ανθρώπινο πόλο, στον ζωντανό Διδάσκαλο, που μπορεί να ρευστοποιήσει τα καρμικά χρέη με το Θείο Θέλημά του και κανείς άλλος.

Το να δίνει κάποιος τις ιερές οδηγίες της μύησης σε καινούριους, δίχως την κατάλληλη δικαιοδοσία, είναι κάτι γεμάτο με καρμικούς κινδύνους αλλά και ζήτημα αρχής. Σωστά αντιλήφθηκες πως το να δίνονται τα φορτισμένα Ονόματα σε άλλους, μη μυημένους, θα σημάνει την απώλεια της μεταβίβασης της σκέψης και την ίδια ώρα εκείνος στον οποίο αρχικά δόθηκαν δε θα έχει καμία Εσωτερική πρόσβαση στο Υπερπέραν, με αποτέλεσμα και οι δυο τους να μην κερδίσουν τίποτα.

Σκέφτεσαι πως η πορεία στο ιερό Μονοπάτι είναι ένα εξαιρετικά δύσκολο εγχείρημα. Ίσως ναι, αλλά γίνεται ευκολότερο με την καθοδήγηση και τη Χάρη του Διδασκάλου. Τα οφέλη που προέρχονται από αυτό το Μονοπάτι είναι απείρως μεγαλειώδη. Τι είναι λοιπόν μια μικρή υλική θυσία, εάν είναι να επιτευχθεί ο μέγιστος πνευματικός σκοπός;

Δεν έχει σημασία που δεν μπορείς να πας στο μέρος όπου θα ήθελες να ζήσεις, για να υπηρετείς την Αποστολή του Διδασκάλου. Οπουδήποτε και αν βρίσκεσαι μπορείς να υπηρετήσεις καλά τον Διδάσκαλο και η ανώτατη υπηρεσία που κερδίζει την ευαρέσκειά Του είναι οι ειλικρινείς διαλογισμοί.

Το παράδειγμα είναι καλύτερο από τα διδάγματα. Αυτή είναι η ύψιστη αφοσίωση και έχει τη δική της απαράμιλλη ανταμοιβή.

Εκτιμώ το έντονο ενδιαφέρον σου για το βασίλειο του Θεού, ότι αισθάνεσαι εγγύτητα με τη Δημιουργία Του. Οι πνευματικά φωτισμένοι βρίσκουν πνευματικές ομιλίες πάνω στις πέτρες και ύμνους στα ρυάκια. Οι ιερές προσπάθειές σου να δοξάζεις τη φύση στις διάφορες μορφές της Δημιουργίας είναι ευοίωνες. Όλες οι παρόμοιες εργασίες που αναλαμβάνονται υπό το πνεύμα αφοσίωσης και ειλικρίνειας μπορούν να χαρακτηρισθούν ως "εκπλήρωση της εργασίας του Διδασκάλου". Όλοι οι λάτρεις του Θεού αγαπούν την ενότητα με τη Δημιουργία Του. Είναι η έμφυτη Αγάπη του Θεού, παρούσα ως πνεύμα, που εγείρει αισθήματα "αδελφοσύνης των ανθρώπων και της πατρότητας του Θεού". Ο άνθρωπος, τα ζώα, τα πτηνά και όλα τα άλλα είδη είναι αδέρφια μας. Είναι λόγω της βαθύτατης συμπόνιας σου προς τις κατώτερες μορφές της Δημιουργίας, που συνεισφέρεις στη διάσωσή τους. Αυτά είναι ευγενή συναισθήματα που αναπτύσσονται σε αγνές, ταπεινές και ευαίσθητες καρδιές.

Όσο περισσότερο προσπαθείς να εξαλείψεις τα ελαττώματά σου και να κάνεις με Αγάπη Σιμράν, Ντιάν και Μπατζάν, τόσο πλουσιότερες θα είναι οι Εσωτερικές σου εμπειρίες.

Τώρα, όσον αφορά την ερώτησή σου για το τι είναι ο "Εαυτός": Ο Εσωτερικός άνθρωπος που βρίσκεται μέσα σου είναι η αόρατη δύναμη ή το πνεύμα (η ψυχή), που παρέχει την κινητήρια ενέργεια στις αισθήσεις και στα αισθητήρια όργανα της αντίληψης και της κίνησης. Ενεργοποιεί τα πάντα προς όφελος του πραγματικού "εσύ" μέσα σου, τον "κάτοικο" μέσα στο σώμα, που είναι ξέχωρος από το υλικό σου σώμα. Αυτός είναι ο "Εαυτός". Μιας και συνειδητοποιήσεις αυτόν τον "Εαυτό" με μια σταθερή διαδικασία αυτοανάλυσης, τότε μόνο θα δεις αυτόν ακριβώς τον "Εαυτό" σου να αντικατοπτρίζεται σε όλους τους άλλους γύρω σου. Πρώτο και κύριο καθήκον σου είναι να γνωρίσεις και να πραγματώσεις το βασικό

"Εαυτό" σου ως κάτι ξεχωριστό από τα στολίδια του. Μόνο με αυτή τη βιωματική συνειδητοποίηση θα είσαι σε θέση να προσφέρεις οποιαδήποτε ουσιαστική και χρήσιμη υπηρεσία στους συνανθρώπους σου, με την αυστηρή έννοια του όρου. Θα γνωρίσεις ολοένα και περισσότερα για την ακριβή και ουσιαστική φύση της "υπηρεσίας", κατ' αναλογία με το βαθμό που είσαι σε θέση να απεγκλωβίσεις τον "Εαυτό" σου *(την ψυχή σου)* πρώτα από το σώμα και τις σωματικές προσθήκες, στη συνέχεια από τις Αστρικές και Αιτιατές περιβολές και τελικά, να στέκεσαι ξέχωρα ως Καθαρό Πνεύμα, αγκαλιάζοντας το σύνολο της ίδιας σου της ύπαρξης.

Όλα αυτά τα ζητήματα, όπως και πολλά άλλα, θα αποκαλυφθούν από μόνα τους. Η λογική και οι σκέψεις βοηθούν σε μικρό βαθμό απλώς στην κατανόηση της θεωρητικής πλευράς. Αλλά, εάν αυτό συνεχίζεται πέρα από τα πρέποντα όρια, γίνεται εμπόδιο στην περεταίρω ανάπτυξη, καθώς το νου και τη διάνοια πρέπει αμφότερα να τα υπερβείς, ώστε να αποκαλυφθεί αυτός ο εαυτός σου. Θα πρέπει, λοιπόν, προς το παρόν να προσπαθείς να είσαι ικανοποιημένος με τις εργασίες που σου έχουν ανατεθεί, με Αγάπη και αφοσίωση, αφήνοντας όλα τα άλλα στη φροντίδα της Διδασκάλου Δύναμης, που θα κάνει για εσένα όλα όσα επιθυμείς, με τρόπο απρόβλεπτο από την ανθρώπινη νόηση.

Η ανώτατη υπηρεσία και η αφοσίωση που μπορεί να προσφέρει κάποιος στον Διδάσκαλο είναι να ζει ζωή γεμάτη με θεία αφοσίωση και ευλάβεια και να παραμένει συντονισμένος με το Ιερό Νάαμ με τακτικούς, γεμάτους πίστη ακριβείς διαλογισμούς. Η Αγάπη είναι η πανάκεια για όλα τα δεινά της ζωής - σωματικά, ηθικά και διανοητικά. Η Θεία Αγάπη του Διδασκάλου υπερβαίνει όλες τις πειθαρχίες και τις στερήσεις που γίνονται σε διανοητικό επίπεδο. Είναι ένα σπάνιο θέμα που αφορά περισσότερο την καρδιά παρά το μυαλό.

Η γεμάτη Αγάπη αφοσίωση και η αφιέρωση στον Διδάσκαλο είναι ο ακρογωνιαίος λίθος για την πνευματική πρόοδο. Όταν υπερβείς τη διάνοια, με απόλυτη ταύτιση της θέλησής

σου με τη δική Του Θεία Θέληση, τότε γεύεσαι το αληθινό ελιξίριο της ζωής.

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ

Το ημερολόγιο αυτοενδοσκόπησης προτείνεται για να χρησιμεύσει στους μαθητές ως γλυκιά παρακινητική υπενθύμιση, ώστε να μην παραμελούν τους διαλογισμούς τους και επίσης, για να ξεριζωθούν τα λάθη τους, ένα προς ένα, μέχρι να σφυρηλατηθεί και να εδραιωθεί μια αγνή ηθική ζωή και το μεγάλο δώρο της πνευματικότητας να ανατείλει με πλήρη λαμπρότητα και συνειδητότητα. Έχω Αγάπη για εσένα και εύχομαι να προοδεύεις από μέρα σε μέρα. Σε παρακαλώ, παράμενε αφοσιωμένος, με Αγάπη, σταθερός και ακριβής στους διαλογισμούς σου. Θα προχωράς από μέρα σε μέρα.

Οι σκέψεις τα λόγια και οι πράξεις που σχετίζονται με λάθη στην αγνότητα, να τα καταγράφεις στην καθορισμένη στήλη του ημερολογίου αυτοενδοσκόπησης. Μπορείς να συνάγεις τα συμπεράσματά σου βασιζόμενος σε αυτό, όταν βλέπεις τα σημεία στα οποία σφάλλεις.

Αγάπη σημαίνει στοργικότητα, προσκόλληση, ευαρέσκεια, ομοιότητα ή προτίμηση. Μη βία σημαίνει να μην πληγώνουμε κανέναν σε σκέψεις, λόγια ή πράξεις. Η Αγάπη υποδηλώνει στη στήλη του ημερολογίου μια αίσθηση απουσίας εμπάθειας προς τους άλλους, που απορρέει από την καλύτερη θέση μας σε διάφορους τομείς της γνώσης, της ευμάρειας ή της κοινωνικής καταξίωσης. Μπορείς να ταξινομήσεις αναλόγως τις αποτυχίες, σε διαφορετικές κατηγορίες στο ημερολόγιο.

Αυτού του είδους το παράπτωμα από την πλευρά σου, που ένιωθες ενόχληση από τη συμπεριφορά της φίλης σου στη διάρκεια του διαλογισμού από το ροχαλητό της κλπ, κατατάσσεται κάτω από τη στήλη της μη βίας στη σκέψη. Ωστόσο, εκτιμάται ότι το μετάνιωσες μετά.

ΑΓΝΟΤΗΤΑ, ΓΑΜΟΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΖΩΗ

Προσπάθησε να συνειδητοποιήσεις πως ο Θεός νοιάζεται για όλα τα παιδιά Του και ότι είναι Εκείνος ο ίδιος που φροντίζει τους αγαπημένους στην οικογένειά σου. Προσπάθησε να μην ανησυχείς για αυτούς. Όσο πιο αφοσιωμένος είσαι στους διαλογισμούς σου, τόσο περισσότερο βοηθητικός θα γίνεσαι προς εκείνους.

Εκτιμώ τα ευγενή αισθήματά σου να έχουν μια καλή ζωή οι αδερφοί και οι αδερφές σου. Σε παρακαλώ, σημείωσε πως η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη προσφέρει την δυνατή βοήθεια και προστασία στους κοντινούς συγγενείς και φίλους των αγαπημένων που έχουν γίνει δεκτοί και έχουν ξεκινήσει την πορεία τους στο ιερό Μονοπάτι. Μπορείς να μεταφέρεις την Αγάπη μου σε εκείνους και να τους ενθαρρύνεις να εναποθέσουν τις ελπίδες τους στην φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη που εργάζεται άνωθεν.

Λυπάμαι που μαθαίνω πως σε λήστεψαν και πως είσαι δυστυχισμένος με την οικογενειακή σου κατάσταση. Όπως σου ανέφερα στην τελευταία επιστολή μου, της 11ης Νοεμβρίου, σε παρακαλώ, προσπάθησε να μείνεις σε απόσταση από τη διχόνοια και τις συγκρούσεις που έχουν τα μέλη της οικογένειάς σου μεταξύ τους. Μπορείς να προσεύχεσαι για αυτούς και την αρρώστιά τους, χωρίς να τους επιτρέπεις να διαταράσσουν την ηρεμία του νου σου, κάτι που δε θα ευνοούσε τους διαλογισμούς σου. Η φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλος Δύναμη παρέχει τη δυνατή βοήθεια στους κοντινούς και αγαπημένους ενός αφοσιωμένου μαθητή.

Εκτιμώ τα ευγενή αισθήματά σου για την οικογένειά σου, για τους οποίους εύχεσαι μια καλύτερη τύχη. Οι ευγενικές καρδιές οπωσδήποτε ευλογούνται με Θεία Χάρη.

Σε παρακαλώ, διάβασε προσεκτικά το φυλλάδιο «Επτά μονοπάτια προς την Τελειότητα», για να βοηθηθείς στην απομάκρυνση των ατελειών και στην αντικατάστασή τους με ευ-

γενικές αρετές. Τα *λάγνα* όνειρα που καταλήγουν σε απώλεια σπέρματος μπορούν να αποφευχθούν έχοντας αυτοσυγκράτηση στην αγνότητα της σκέψης, κατά την διάρκεια της ημέρας. Οι σκέψεις προηγούνται των πράξεων και ως εκ τούτου, ο ειρμός των σκέψεων του μαθητή πρέπει να παρακολουθείται. Επίσης, πρέπει να λες κάποια προσευχή πριν κοιμηθείς, να συνεχίζεις με γλυκύτητα να επαναλαμβάνεις τα ιερά φορτισμένα Ονόματα και να θυμάσαι τον Διδάσκαλο. Εάν αποκοιμηθείς με αυτή τη χαλαρή διάθεση, τότε καμιά άλλη ενόχληση δε θα σε καταβάλλει με τη Χάρη και την προστασία Του.

Η απώλεια ζωτικού υγρού σε κατάσταση ύπνου μπορεί να αποφευχθεί παίρνοντας ελαφρύ γεύμα νωρίς το βράδι και επίσης, παρακολουθώντας τις σκέψεις σου μέρα-νύχτα. Οι σκέψεις δημιουργούν εντυπώσεις στο νου που ζητούν διέξοδο τη νύχτα στον ύπνο, όταν η προσοχή γλιστρά κάτω, μέσα στο σώμα. Αυτά πρέπει να καταγράφονται στο ημερολόγιο. Εάν δεν επηρεάζεσαι αισθησιακά με το να κοιτάζεις μέσα στα μάτια της συζύγου σου, τότε δεν υπάρχει αντίρρηση σε αυτό.

Είναι καλό που η αγαπητή σύζυγός σου ζει τώρα μαζί σου και μπορείτε να βοηθιέστε και να αλληλοστηρίζεστε στο Μονοπάτι προς τον Θεό. Δεν πρέπει να συζητάτε μεταξύ σας τις Εσωτερικές σας εμπειρίες, γιατί είναι ένα ζήτημα αποκλειστικά μεταξύ του καθενός από εσάς και του Διδασκάλου.

Αντιλαμβάνομαι την επιθυμία σας να κάνετε ένα μωρό. Η πνευματική συμπεριφορά των γονιών έλκει μια παρόμοια ψυχή κοντά τους. Οι ευλογίες μου είναι μαζί σας.

Αναφέρεις πως για την ώρα είσαι άνεργη, ότι νιώθεις χαμένη και νιώθεις μοναξιά. Θα ήταν καλύτερα για εσένα να γυρίσεις στον αγαπητό σου σύζυγο και να φροντίσεις να αποδειχθείς καλή σύζυγος για εκείνον. Είναι λόγω της εξέλιξης κάποιου παλαιού κάρμα που δυο άνθρωποι με διαφορετικό χαρακτήρα και ιδιοσυγκρασίες έρχονται κοντά με τα ιερά δεσμά του γάμου, προς εκκαθάριση παλαιών δοσοληψιών τους. Πρέπει να καταβάλλεται κάθε δυνατή προσπάθεια για να σταθεί η σχέση. Πρέπει να προσπαθήσεις να είσαι πιο υπάκουη

και περιποιητική στον άντρα σου. Η αφοσιωμένη Αγάπη και ο σεβασμός στα συναισθήματα του άλλου θα φέρουν περισσότερη ορθή κατανόηση και αρμονία. Μου είστε και οι δυο πολύ αγαπητοί και εύχομαι και οι δυο σας να είστε χαρούμενοι μαζί και να βοηθάτε ο ένας τον άλλον να γνωρίσετε τον Θεό και να επιτύχετε τον ανώτατο σκοπό της ζωής του ανθρώπου. Οι ευλογίες μου είναι μαζί σας.

Να είσαι βέβαιος πως οι φίλοι και οι συγγενείς των μυημένων λαμβάνουν βοήθεια από τον φιλεύσπλαχνο Διδάσκαλο.

Χαίρομαι για την αγαπητή σου μητέρα που αποφάσισε να ζητήσει τη μύηση στα μυστήρια του Υπερπέραν. Σε παρακαλώ, μετάφερε την Αγάπη μου σε εκείνην και ενθάρρυνέ την να μου γράψει τα πάντα σχετικά με την ίδια.

«Η αγνότητα είναι ζωή και η σεξουαλικότητα θάνατος»

Ενώ σε συμπονώ για την παρούσα κατάστασή σου με τον σύζυγό σου, θα πρέπει να συνεχίσεις να ανταποκρίνεσαι στις υποχρεώσεις σου, με όσο το δυνατόν αποστασιοποιημένη διάθεση. Πρέπει να τον ενημερώσεις από μέρους σου, με πολύ γλυκό τρόπο, πως τα ζωτικά υγρά που χάνει κάθε φορά είναι κάτι εξαιρετικά επιβλαβές όχι μόνο για την πνευματική και νοητική του υγεία, αλλά και για τη σωματική του υγεία. Εάν πάντως δεν μπορεί να το σταματήσει τελείως αμέσως, θα έπρεπε για προσωπικό του όφελος να ασκεί μεγαλύτερο αυτοέλεγχο. Με την γεμάτη Αγάπη βοήθειά σου και τη συνεργασία σου, θα τα καταφέρει σε αυτό και έτσι, ως ένα βαθμό, θα προστατεύει και την υγεία του. Η συμβουλή σου για τη χρήση της ψυχής ήταν η κατάλληλη. Το σώμα είναι ο ναός του Θεού και πρέπει να γίνει ένα κατάλληλο μέσο για να εκδηλωθεί ο Θεός στον άνθρωπο και να μην διασυρθεί στην πράξη προς εκπλήρωση σαρκικών επιθυμιών.

Δυστυχώς πολύ λίγοι άνθρωποι έχουν ορθή κατανόηση ως προς τη σημασία τού να τηρούν την αγνότητα στη ζωή. Είναι

λόγω του ότι ο άνθρωπος δεν είναι αγνός, που βρίσκεται υπό την επήρεια άλλων ελαττωμάτων, όπως ο θυμός, η απληστία και η προσκόλληση. Εάν έλεγχε τις αισθησιακές ορέξεις του, τα υπόλοιπα ελαττώματα θα εξαλείφονταν. Έτσι, η αγνότητα είναι το κλειδί όχι μόνο στην πνευματική ζωή, αλλά στην επιτυχία και σε κάθε άλλο τομέα δραστηριότητας. Το λυπηρό είναι πως οι άνθρωποι που θα μπορούσαν να βοηθήσουν τους συνανθρώπους τους, όπως οι γιατροί και οι κληρικοί, είναι οι ίδιοι στη μέγγενη της σεξουαλικότητας και είναι σχεδόν απίθανο να συστήσουν την άσκηση στην εγκράτεια, ενώ οι ίδιοι πέφτουν θύμα της σεξουαλικότητας. Για να βοηθήσεις τον σύζυγό σου να αποκτήσει ορθή κατανόηση της ανάγκης να ζει μια αγνή ζωή, θα πρέπει να του ζητήσεις να διαβάσει την αγγλική έκδοση ενός Σάτσανγκ που το έχω ονομάσει «Αγνότητα και Συγχώρεση» που είναι στο Σατ Σαντές, τεύχος Ιαν. 1968. Έχοντας επιτύχει ορθή κατανόηση, εκείνος θα μπορεί να μιλήσει πατρικά στον γιο σου, ώστε να έχει την ευκαιρία, από μικρή ηλικία, να συνειδητοποιήσει πόσο σημαντικό είναι να διατηρήσει την αγνότητα της ζωής και τα οφέλη που μπορούν να προκύψουν από τη διατήρηση του ζωτικού υγρού στο σώμα.

Χαίρομαι που ένας από τους γιούς σου έχει εκφράσει ενδιαφέρον για τα διδάγματα του Διδασκάλου και μελετά τα ιερά βιβλία. Μπορείς να τους ενθαρρύνεις όλους να μελετούν τα ιερά κείμενα, κάνοντας Σάτσανγκ στο σπίτι σου, εάν υπάρξει η έγκριση του συζύγου σου. Όποτε τα αγόρια γυρίζουν για διακοπές από το κολέγιο στο σπίτι, ίσως να ήθελαν να διαβάζουν από τα βιβλία του Διδασκάλου στις συναντήσεις του Σάτσανγκ. Με αυτό τον τρόπο, οι κυρίες που είναι φίλες σου ίσως να θέλουν επίσης να συμμετάσχουν, ώστε να αφομοιώσουν περισσότερο τη θεωρητική πλευρά των διδαγμάτων η οποία προηγείται της πρακτικής. Ένας σύντομος διαλογισμός θα μπορεί να περιληφθεί στην αρχή ή στο τέλος του Σάτσανγκ και όλοι μπορούν να απολαύσουν την θεία ακτινοβολία από τη φορτισμένη ατμόσφαιρα. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου εί-

ναι *πάντοτε* μαζί σου. Σε παρακαλώ, μετάφερε την Αγάπη μου στον σύζυγο, τους γιούς, την κόρη και τις φίλες σου. Θα χαιρόμουν να έχω νέα τους, ανά πάσα στιγμή.

Πρέπει να συνεχίσεις να ανταποκρίνεσαι στις συζυγικές σου υποχρεώσεις, όσο το δυνατόν περισσότερο αποστασιοποιημένα. Η σχέση μεταξύ συζύγων είναι ιερή και τίποτα δεν πρέπει να επιτραπεί να μπει ανάμεσά τους. Η γεμάτη Αγάπη υπομονή και συνεργασία σου θα τον βοηθήσει να αφυπνιστεί στην ανώτερη έκφραση της ζωής, τον κατάλληλο χρόνο. Οι καλύτερες ευχές μου είναι μαζί του.

Πρέπει να δείχνεις μεγαλύτερο σεβασμό, υπομονή και γεμάτη με Αγάπη ανεκτικότητα προς τον σύζυγό σου, καθώς ο Θεός έχει ενώσει τους δυο σας σε γάμο, που είναι ένα ιερό μυστήριο.

Πρέπει να θεωρείς τον εαυτό σου έμπιστη παραμάνα και να αγαπάς τον γιο σου με πιο αποστασιοποιημένο και γαλήνιο τρόπο. Επίσης, σε παρακαλώ, ανάτρεξε στο τελευταίο μου μήνυμα που κυκλοφόρησε στα γενέθλια του Διδασκάλου μου.

Όποτε νιώθεις πως παρασύρεσαι σε κριτική για τη μητέρα σου, πρέπει να προσπαθείς να ψάχνεις τον ίδιο σου τον εαυτό. Θα πρέπει να υπερβείς αυτό το ελάττωμα.

Λυπάμαι για τις οικογενειακές σου καταστάσεις, που ο σύζυγός σου δε συνεργάζεται μαζί σου. Είναι αποτέλεσμα της εξέλιξης κάρμα του παρελθόντος που άνθρωποι με διαφορετικές ιδιοσυγκρασίες ενώνονται με τα δεσμά του γάμου, για την εκκαθάριση του προηγούμενων διαφορών τους. Συνιστάται να είσαι πιο ήρεμη, υπομονετική και ανεκτική ενάντια στη σκληρότητα που μπορεί να υφίστασαι. Τέτοιες περαστικές φάσεις με δοκιμασίες και ταλαιπωρίες είναι αντίδραση παλαιότερου Κάρμα και γι’ αυτό, θα πρέπει να αντιμετωπίζονται με ανάλογο τρόπο. Μπορείς να απευθυνθείς για συμβουλές στον αγαπητό Β και να ενεργήσεις αναλόγως. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι μαζί σου.

Εκτιμώ την ανιδιοτελή βοήθεια που σου προσέφεραν οι αγαπητοί Α και Β, για να λύσεις τα προβλήματα του γάμου

σου. Είναι γεγονός *πως* οι μαθητές του Διδασκάλου θα πρέπει να είναι πάντοτε έτοιμοι να βοηθήσουν τους αδερφούς αναζητητές της Αλήθειας, σε όλες τις υποθέσεις τους.

Μπορείς να θηλάζεις τον γιο σου για όσο καιρό κρίνεις αναγκαίο.

Λυπάμαι που μαθαίνω πως ο σύζυγός σου έχει υπαναχωρήσει στην υπόσχεση που έδωσε κατά τη στιγμή της επανένωσής σας, πως δε θα βάζει τον αγαπητό σας γιο να τρώει σάρκες. Εσύ έχεις πράξει ορθά να αρνηθείς ευγενικά να ταΐζεις τον γιο σου αυγά. Σε παρακαλώ, ακολούθησε το μονοπάτι της δικαιοσύνης και αφέσου στο Ανώτατο Θέλημα με κάθε ταπεινότητα. Οι καλύτερες ευχές μου είναι μαζί σου.

Πρέπει να είσαι πιο υπάκουη και εξυπηρετική προς τον σύζυγό σου, κάτι που θα σε κάνει να τον κερδίσεις. Η Αγάπη και η ταπεινότητα ξεπερνούν όλα τα προβλήματα. Σε παρακαλώ, μετάφερε την Αγάπη μου σε εκείνον.

Εκτιμώ τη γεμάτη Αγάπη, υπάκουη συμπεριφορά προς τον σύζυγό σου, καθώς και τη στάση ήρεμης αποστασιοποίησής σου Εσωτερικά. Ο μαθητής θα πρέπει να φροντίζει να εκπληρώνει τα νόμιμα καθήκοντά του προσεκτικά, θεωρώντας συγχρόνως τον εαυτό του ως έναν υπάκουο υπηρέτη και έμπιστο του Διδασκάλου. Αυτό είναι το κεντρικό θέμα των ιερών διδαγμάτων του Διδασκάλου. Η σταθερότητα και η υπακοή σου θα βοηθήσουν στο να τον μεταπείσεις και να τον φέρεις με τον καιρό προς εσένα με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Δε χρειάζεται να ανησυχείς για τον σύζυγό σου, αλλά προσπάθησε να τον υπηρετείς με περισσότερη αφοσίωση, κάτι που θα σε κάνει ικανή να τον κερδίσεις πάλι με τον καιρό. Σε παρακαλώ, διαβίβασέ του την Αγάπη μου.

Ο γάμος είναι μυστήριο και σημαίνει την επιλογή συντρόφου στην ζωή για να συμπαραστέκεται στις χαρές και τις δυσκολίες. Εάν εσύ και ο αγαπητός σου σύντροφος έχετε αποφασίσει να παντρευτείτε και έχετε την δυνατότητα να το κάνετε, δεν υπάρχει αντίρρηση για τον γάμο σας. Η έγγαμη ζωή δεν είναι εμπόδιο στην πνευματικότητα, εάν ζείτε σύμ-

φωνα με τις Γραφές. Πρέπει να προσπαθήσετε να φτάσετε στο απαιτούμενο πρότυπο αγνότητας, με αμοιβαία κατανόηση.

Όσον αφορά τη στάση σου προς τους αγαπητούς σου γονείς, σε παρακαλώ, έχε υπόψη πως είναι καθήκον σου να είσαι ταπεινός, ευγενής και γλυκός στη συμπεριφορά σου απέναντί τους, αλλά και μέσα στην καρδιά σου. Ο καθένας είναι ελεύθερος να επιλέξει τη δική του πορεία, όσον αφορά την πίστη και τις πράξεις του, κάτι που προσδιορίζεται κυρίως από την εξέλιξη του κάρμα του παρελθόντος. Πρέπει να προσπαθήσεις να δείχνεις και να αναπτύξεις μέγιστη ταπεινότητα και Αγάπη, που θα είναι πιο αποτελεσματικά στο να αποδείξεις το μεγαλείο σου και τη μεγαλοπρέπεια του ιερού Μονοπατιού το οποίο ακολουθείς. Τους χρωστάς κάποιο γονικό χρέος που μπορεί να αποπληρωθεί καλύτερα με υπηρεσίες γεμάτες αφοσίωση και Αγάπη. Σε παρακαλώ, μετάφερε την Αγάπη μου σε εκείνους.

ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ

Θα ήταν πιο επωφελές για την πνευματική σου πρόοδο εάν συνέχιζες τους διαλογισμούς σου τακτικά, για τουλάχιστον δυο ώρες την ημέρα, με πίστη και αφοσίωση. Η καθημερινή επαφή με το Ιερό Νάαμ θα σε βοηθήσει σε όλες τις καταστάσεις, γιατί όταν κάποιος είναι πνευματικά ισορροπημένος, είναι και συνολικά ισορροπημένος και ζει μια ζωή ήρεμη, αντιμετωπίζοντας όλες τις συνθήκες που έρχονται στην πορεία του με δύναμη. Επαναλάμβανε το Σιμράν των φορτισμένων ιερών Ονομάτων όσο το δυνατόν συχνότερα στη διάρκεια των καθημερινών υποχρεώσεών σου, κάτι που θα δημιουργήσει κλίμα ειρήνης και Αγάπης γύρω σου προς όφελος των άλλων αλλά και δικό σου. Να έχεις πάντοτε τη γλυκιά και γεμάτη Αγάπη ενθύμηση του Διδασκάλου. Εκείνος είναι παντοτινά κοντά σου. Ο Ιησούς λέει: «Δε θέλω να σας εγκαταλείψω μέχρι τη συντέλεια του αιώνα». Να εμμένεις σταθερά

στους διαλογισμούς σου με θρησκευτική ευλάβεια, ακόμα και αν νιώθεις κουρασμένος με τις εγκόσμιες υποθέσεις ή νικημένος από το νου σου. Σε παρακαλώ, σημείωσε πως αυτά είναι τα τεχνάσματα της Αρνητικής δύναμης που κρατούν τους αγαπητούς σατσάνγκι παγιδευμένους σε εξωτερική σύγχυση, με αποτέλεσμα τη σπατάλη του πολύτιμου χρόνου που έχουν στη διάθεσή τους. Πιάσε τον χρόνο από τα μαλλιά και ποτέ μην επιτρέπεις στο νου σου να ικανοποιείται με λύπη και δυσαρέσκεια. Στη διάρκεια στιγμών απόλυτης μακαριότητας και αρμονίας, η ψυχή φορτίζεται με θείες δονήσεις και νέοι ορίζοντες ορθής κατανόησης, ευγνωμοσύνης και χαράς ανοίγονται μπροστά σου.

Τις δυσκολίες πρέπει να τις υπερβείς με περισσότερη συγκέντρωση στο Οφθαλμικό Κέντρο, εστιάζοντας το Εσωτερικό σου βλέμμα. Μπορείς να εναποθέσεις όλες τις ξένες σκέψεις, τα άγχη, τις στεναχώριες και τις ανησυχίες στα ιερά πόδια του Διδασκάλου Εσωτερικά και θα ευλογηθείς με πιο καρποφόρους και επιτυχημένους διαλογισμούς.

Τα πας πολύ καλά και οδεύεις προς τη σπάνια σοφία, καθώς όλη η ειρήνη και η αρμονία βρίσκονται Εσωτερικά. Όσο περισσότερο είσαι στραμμένος Εσωτερικά σε διαλογισμούς, ηρεμώντας τη διάνοιά σου, τόσο περισσότερη Θεία Χάρη λαμβάνεις με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Η δουλειά του μαθητή είναι να κάθεται σιωπηλά στην πόρτα, με κατάσταση του νου γεμάτη γλύκα, Αγάπη και προσευχή, αφήνοντας την εργασία της απόσυρσης του ψυχικού ρεύματος στον Διδάσκαλο. Με αυτήν την παιδιάστικη προσέγγιση, δε θα νιώθεις τα πόδια και το υπόλοιπο σώμα σου, αλλά θα χαθείς πλήρως μέσα στις Εσωτερικές σου εμπειρίες.

Τα παιδιά που αφιερώνουν χρόνο στο διαλογισμό τους, γεμάτα με Αγάπη και υπακοή, θα ανακαλύψουν πως η πρόοδός τους ολοένα θα βελτιώνεται με το χρόνο και θα αναπτύξουν δεκτικότητα. Κάθε ημέρα είναι πολυτιμότατη και ο χρόνος τρέχει πολύ γρήγορα για όλους τους μαθητές, καθώς το έργο τους είναι υψίστης σημασίας. Μακάριοι είναι εκείνοι που δια-

θέτουν το χρόνο τους με σύνεση.

Χαίρομαι για τους ιερούς διαλογισμούς σου στους οποίους είσαι με Αγάπη αφοσιωμένος και αφιερώνεις 8-12 ώρες ημερησίως. Είναι αμιγώς η Χάρη Του που ο πειθαρχημένος μαθητής μπορεί να διαλογίζεται τόσο πολύ, κάτι που θα σου χαρίσει με τον καιρό ειρήνη αρμονία και Εσωτερικά πνευματικά ταξίδια στις ανώτερες πνευματικές περιοχές της μακαριότητας, της αρμονίας και της Θείας μέθης με τη Χάρη Του. Πρέπει να ψάξεις για μια κατάλληλη δουλειά, καθώς είναι εξίσου σημαντικό για εσένα να εργάζεσαι, για να κερδίζεις τα προς το ζην για τη συντήρησή σου. Η δουλειά είναι προσκύνημα και έτσι, οποιαδήποτε έντιμη δουλειά πρέπει να είναι σεβαστή.

Το γαλήνιο μήνυμα που έλαβες Εσωτερικά είναι ένας χαρούμενος οιωνός που αποκαλύπτει τα πιο ενδόμυχα συναισθήματά σου και τη φιλεύσπλαχνη καθοδήγηση που προσφέρεται σε εσένα από την Διδάσκαλο Δύναμη. Πράγματι, η πνευματική φώτιση έρχεται από μέσα και οι πειθαρχημένοι μαθητές απολαμβάνουν τέτοια φαινόμενα, με χαρά και με ευγνωμοσύνη. Το κλειδί για πνευματική τελειότητα είναι να παραδώσεις τη βούλησή σου, για να συγχωνευτεί στο δικό Του Ανώτερο Θέλημα. Είναι το αποκορύφωμα της θείας Χάρης, όταν ο μαθητής αφυπνιστεί σε αυτή τη θεία Αλήθεια. Πρέπει να επιδιώξεις την πλήρη σου αυτοπαράδοση. Να αφεθείς στο Θέλημα και την ευαρέσκειά Του και να αποδέχεσαι τα πάντα που έρχονται στο δρόμο σου με ευγνωμοσύνη, γιατί οτιδήποτε έρχεται σε εσένα είναι σίγουρα για το καλύτερο πνευματικό σου όφελος.

Η συγκέντρωση βελτιώνεται με απόλυτη χαλάρωση στο Οφθαλμικό Κέντρο. Είναι η τέχνη τού να απελευθερώνεις τις συσσσωρευμένες εντάσεις και τα συναισθήματα και να εναποθέτεις τις ελπίδες και τις φιλοδοξίες σου στην πάντοτε παρούσα φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη που εργάζεται άνωθεν. Πρέπει να αφήσεις όλες σου τις ανησυχίες και τα άγχη στα Ιερά Πόδια Του και να περιμένεις υπομονετικά τη Χάρη και το

Έλεός Του να σε ευλογήσει με οτιδήποτε θεωρείται καλύτερο για την πνευματική σου πρόοδο.

Χαίρομαι που μαθαίνω πως αφιερώνεις χρόνο για τους ιερούς διαλογισμούς σου με τη Χάρη του Διδασκάλου. Σε παρακαλώ, να μη γίνεσαι σκεπτικιστής για την περιορισμένη πρόοδό σου. Δεν πρέπει να υπάρχει πίεση από την πλευρά σου να λάβεις το ένα ή το άλλο, καθώς έτσι η διάνοια συνεχίζει να εργάζεται, ενώ θα έπρεπε να σιγήσει και να απορροφηθεί Εσωτερικά. Εσύ πρέπει απλώς να καθίσεις στην Πόρτα και να περιμένεις υπομονετικά, υπάκουα και ταπεινά.

Απλώς κοίτα διαπεραστικά συνεχώς στο κέντρο από οτιδήποτε βλέπεις μπροστά με το Εσωτερικό σου μάτι και κάνε νοητική επανάληψη των φορτισμένων Ονομάτων, πολύ-πολύ αργά, ίσως και με παύσεις, ώστε το Εσωτερικό βλέμμα να μην ενοχλείται. Όσο πιο παραδομένος, χαλαρός και δεκτικός είσαι στις Εσωτερικές αποκαλύψεις, τόσο μεγαλύτερη πνευματική πρόοδος θα σου δοθεί με τη Χάρη Του.

Σε παρακαλώ, μην προσπαθείς να πολεμάς το νου σου, αλλά με Αγάπη προσπάθησε να τον κάνεις φίλο, συνετίζοντάς τον να είναι πιο ταπεινός, γεμάτος Αγάπη και υπάκουος. Ένας συνεργάσιμος νους είναι μεγάλο πλεονέκτημα. Οι θείες μελωδίες που προέρχονται από τη δεξιά πλευρά, όταν ακούγονται με απόλυτη προσοχή, χαρίζουν άσβεστη μακαριότητα και θεία μέθη στο νου. Σημείωσε, επίσης, πως ο νους σταδιακά γίνεται ολοένα και πιο εκλεπτυσμένος και δημιουργεί εμπόδια με πιο συγκαλυμμένους ελιγμούς. Η καλύτερη τακτική είναι να τον συντονίζεις με τις Εσωτερικές αποκαλύψεις. Η λατρευτική προσευχή και η ταπεινή ικεσία, πριν να καθίσεις για διαλογισμό, θα φτιάξει μια ατμόσφαιρα δεκτικότητας και οι διαλογισμοί σου θα γίνουν ευκολότεροι, αποδοτικότεροι και πιο ενδιαφέροντες. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σου.

Είναι καλό που προσπαθείς να αυξήσεις το χρόνο του διαλογισμού και αυτό θα σε ευλογήσει με περισσότερη Εσωτερική ειρήνη και αρμονία. Όλες οι προσπάθειες που γίνονται με

πνεύμα αυτοπαράδοσης και ευλαβικής ταπεινότητας για πνευματική πρόοδο, οπωσδήποτε θα στεφθούν με επιτυχία. Να είσαι απολύτως βέβαιος πως οι πολύτιμες στιγμές της γήινης ζωής σου που διαθέτεις σε διαλογισμό αξιοποιούνται με τον καλύτερο δυνατό τρόπο και προσμετρώνται στην Εσωτερική σου πρόοδο.

Χαίρομαι που μαθαίνω πως αφιερώνεις χρόνο στους ιερούς διαλογισμούς σου. Πρέπει να μάθεις να χαλαρώνεις πλήρως στο Οφθαλμικό Κέντρο. Εναπόθεσε τις ελπίδες σου σε Εκείνον, αφέσου στο Θέλημα και την Ευαρέσκειά Του με χαρά και θα σε ευλογήσει με οτιδήποτε θεωρεί καλύτερο. Αυτή η στάση θα σε κάνει να αποκτήσεις περισσότερη δεκτικότητα και οι διαλογισμοί σου θα γίνουν πιο εύκολοι και καρποφόροι.

Μπορείς να ξεπεράσεις τον ύπνο στη διάρκεια του διαλογισμού, αναπτύσσοντας τη συνήθεια να κοιτάζεις διαπεραστικά στο κέντρο από οτιδήποτε βλέπεις Εσωτερικά. Ο ύπνος ή οι άσκοπες σκέψεις παρεμβαίνουν μόνο όταν το Εσωτερικό βλέμμα χαλαρώνει.

Οι μη μυημένοι που έρχονται και παρακολουθούν τα σάτσανγκ μπορούν να διαλογίζονται με όποια δική τους μέθοδο θέλουν, μέχρι να μπουν στο Μονοπάτι πίσω προς τον Θεό.

Το συνεχές πρόγραμμά σου με γεμάτους Αγάπη τακτικούς διαλογισμούς που γίνονται με ακριβή τρόπο θα σε κάνουν ικανό να απορροφηθείς πιο πολύ στις Εσωτερικές εμπειρίες του Θείου Φωτός και του Ιερού Ηχητικού Ρεύματος, που είναι η Αστρική μορφή του Διδασκάλου, και έτσι θα προοδεύσεις από μέρα σε μέρα. Οποτεδήποτε η Ακτινοβόλος μορφή του Διδασκάλου σού εμφανιστεί Εσωτερικά, πρέπει να ελέγξεις τη γνησιότητά της με το Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων. Εάν παραμείνει μπροστά στα Ονόματα, τότε απορρόφησε όλη σου την προσοχή στα λαμπερά μάτια Του τόσο πολύ, που να ξεχάσεις ολότελα τον εαυτό σου.

Τον ήχο που ακούς να έρχεται από την αριστερή πλευρά πρέπει να τον αγνοείς χαλαρώνοντας τον αντίχειρά σου, βγάζοντάς τον από το αυτί, ενώ θα συντονίζεις την προσοχή σου

στον ήχο που ακούς να έρχεται από την δεξιά πλευρά ή από επάνω. Εάν ακούς τον ήχο από την αριστερή πλευρά και όταν δε διαλογίζεσαι, τότε απλώς επαναλάμβανε τα φορτισμένα Ονόματα και να σκέφτεσαι γλυκά τον Διδάσκαλο· η προσοχή σου θα φύγει από εκεί και δε θα επηρεαστείς.

Χαίρομαι που μαθαίνω πως αφιερώνεις τακτικό χρόνο στις πνευματικές σου ασκήσεις με τη Χάρη του Διδασκάλου. Πρέπει να κλείνεις τα μάτια, όπως όταν είναι να κοιμηθείς και να κοιτάς συνεχώς με Αγάπη και σταθερά στο κέντρο του σκοταδιού ή φωτός που βλέπεις Εσωτερικά. Το Εσωτερικό βλέμμα θα προσαρμοστεί από μόνο του. Δεν πρέπει στο διαλογισμό να υπάρχει προσπάθεια από εσένα για να λάβεις το ένα ή το άλλο πράγμα. Απλώς κάθισε σε στάση ταπεινής ικεσίας, έχοντας πλήρη εμπιστοσύνη στον Διδάσκαλο και στη δυνατότητα να σου παρέχει ότι είναι για το καλύτερο όφελός σου τη στιγμή αυτή. Εναπόκειται σε Εκείνον να δώσει. Δεν μπορούμε να απαιτούμε. Μερικοί άνθρωποι κάθονται για τις ασκήσεις τους σαν να έκαναν γυμναστική πραγματικά, περιμένοντας να ανεβούν ψηλά με τη δύναμη των δικών τους μυών. Δεν είναι αυτός ο τρόπος. Μια εγκάρδια προσευχή μπορεί να καταφέρει πολλά, εκεί που όλες οι προσωπικές προσπάθειες και οι πιέσεις αποτυγχάνουν.

Όσο περισσότερο κατευθύνεις την προσοχή σου στον Διδάσκαλο και απορροφιέσαι στη γλυκιά ενθύμησή του, τόσο περισσότερο θα αναπτύξεις δεκτικότητα και θα νιώσεις πως ο Διδάσκαλος βρίσκεται μέσα σου και εσύ μέσα στον Διδάσκαλο, όπως αναφέρεται ότι είπε ο Απόστολος Παύλος: «Δεν είμαι εγώ, αλλά ο Χριστός είναι που ζει μέσα μου». Ο λάτρης γίνεται ο Αγαπημένος και ο Αγαπημένος γίνεται ο λάτρης. Όλες οι διαφορές σε νου, σώμα και ψυχή σκορπίζονται μακριά.

Είναι λόγω της αντίδρασης κάποιου καλού κάρμα από το παρελθόν, που μπορεί κάποιος να ακούει το Ηχητικό Ρεύμα πριν τη μύηση. Ωστόσο, δε γίνεται να αναπτυχθεί περισσότερο, δίχως την καθοδήγηση ενός αρμόδιου Διδασκάλου.

Τη δυσκολία σου να κρατάς την ορθή στάση προς τους διαλογισμούς πρέπει να την υπερβείς, απαγγέλλοντας κάποια προσευχή ή ιερό ύμνο, πριν καθίσεις για την άσκησή σου. Ένα τέτοιο πρόγραμμα θα δημιουργήσει μια αύρα δεκτικότητας και οι διαλογισμοί σου θα γίνουν ευκολότεροι, ενδιαφέροντες και αποδοτικοί με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Χαίρομαι που μαθαίνω πως αφιερώνεις χρόνο στους ιερούς διαλογισμούς σου, με αποτέλεσμα να βλέπεις ακτίνες Φωτός και να ακούς το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα σαν παφλασμό του ωκεανού που έρχεται από τη δεξιά σου πλευρά στις ασκήσεις της ακρόασης, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Σε παρακαλώ, κοίτα διαπεραστικά στο κέντρο από οτιδήποτε βλέπεις Εσωτερικά, φως ή σκοτάδι, και κάνε νοητική επανάληψη των φορτισμένων Ονομάτων, πολύ-πολύ αργά, ίσως και σε αραιά διαστήματα, ώστε το Εσωτερικό βλέμμα να μην ενοχλείται. Το φως θα γίνει σταθερό, φωτεινότερο και τελικά θα εκραγεί, για να σου ανοίξει το δρόμο να προχωρήσεις υψηλοτέρα. Το Ηχητικό Ρεύμα του παφλασμού του ωκεανού, όπως έρχεται από τη δεξιά πλευρά, είναι εντάξει και πρέπει να το ακούς με απόλυτη προσοχή. Θα πλησιάσει, θα γίνει δυνατότερος και τελικά θα έρχεται από επάνω.

Σε παρακαλώ, σημείωσε πως όταν βλέπεις τα Θεία Φώτα Εσωτερικά ή ακούς το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα, έχεις υπερβεί τη σωματική σου συνειδητότητα ή έχεις ξεχάσει το σώμα σου. Θα αναπτύξεις μεγαλύτερη πίστη με τον καιρό.

Χαίρομαι που μαθαίνω πως αφιερώνεις χρόνο στους διαλογισμούς σου, με αποτέλεσμα να έχεις ευλογηθεί με συμπαντικές αποκαλύψεις του ‘Ήλιου’’, του Ηχητικού Ρεύματος του ωκεανού, της καμπάνας και του κοχυλιού που έρχονται από τη δεξιά σου πλευρά, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Σε παρακαλώ, να κοιτάζεις με Αγάπη στο κέντρο του Ήλιου Εσωτερικά και να κάνεις νοητικό Σιμράν, τότε το Φως θα γίνει φωτεινότερο και τελικά, θα θα σου ανοίξει ο δρόμος να περάσεις μέσα από τον Ήλιο και να προχωρήσεις σε ανώτερα επίπεδα. Πιθανόν στους διαλογισμούς σου να ευλογηθείς

με την Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου. Εάν παραμείνει στην επανάληψη των φορτισμένων Ονομάτων, γνώριζε με βεβαιότητα πως είναι φιλική και γνήσια η μορφή και θα σε βοηθήσει στο Εσωτερικό σου ταξίδι εμπρός, προς τον αληθινό Οίκο του Πατρός. Ο ήχος από την αριστερή πλευρά πρέπει να αγνοείται, βγάζοντας τον αντίχειρα από εκείνη την πλευρά. Ο ήχος από τη δεξιά πλευρά πρέπει να ακούγεται με μεγάλη προσοχή. Θα πλησιάσει, θα γίνει δυνατότερος και τελικά, θα έρχεται από επάνω.

Χαίρομαι που μαθαίνω πως αφιερώνεις χρόνο στους ιερούς διαλογισμούς σου, με αποτέλεσμα να ευλογηθείς με θείες αποκαλύψεις από λάμψεις χρυσού Φωτός και το Ηχητικό Ρεύμα με υψηλής συχνότητας ήχο που έρχεται από τη δεξιά πλευρά, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Σε παρακαλώ, να κοιτάζεις έντονα στο κέντρο του φωτός αυτού και να κάνεις νοητικά Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων, πολύ-πολύ αργά, ίσως και με παύσεις, ώστε το Εσωτερικό βλέμμα να μην ενοχλείται. Το Φως θα σταθεροποιηθεί, θα γίνει εντονότερο και φωτεινότερο και τελικά, θα έρχεται από επάνω. Τον ήχο που έρχεται από τη δεξιά πλευρά πρέπει να τον ακούς με απόλυτη προσοχή. Θα έρθει πιο κοντά, θα γίνει δυνατότερος και τελικά, θα έρχεται από επάνω.

Για να αποφεύγονται οι άτοπες σκέψεις, πρέπει να απαγγέλλεις κάποια προσευχή ή θείο ύμνο, πριν να κάθεσαι για διαλογισμό, που θα δημιουργήσει μια ατμόσφαιρα δεκτικότητας και οι διαλογισμοί σου θα γίνουν πιο αποδοτικοί και ενδιαφέροντες.

Χαίρομαι που αφοσιώνεσαι στους ιερούς διαλογισμούς σου με μεγαλύτερο ζήλο, βαθύτερη πίστη και αναπτερωμένη σοβαρότητα και έχεις ευλογηθεί με θεία οράματα Εσωτερικού Φωτός και της Ουράνιας Μουσικής, με τη μορφή του ήχου από καμπάνες.

Οι θείες αποκαλύψεις του λευκόχρυσου φωτός, η λάμψη που έρχεται από το Πρόσωπο και τα Πόδια του Διδασκάλου, το ότι είδες έναν οφθαλμό και ακούς το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα

των καμπανών και του φλάουτου προερχόμενο από τη δεξιά πλευρά, είναι ευοίωνες εμπειρίες, αποτέλεσμα της Χάρης Του. Σε παρακαλώ, να κοιτάς διαπεραστικά και με Αγάπη στο κέντρο από οτιδήποτε βλέπεις εμπρός σου, τόσο έντονα, που να ξεχνάς τα πάντα εκτός από τον Διδάσκαλο. Εάν ολόκληρη η προσοχή σου είναι καρφωμένη σε ένα σημείο, στον Τρίτο Οφθαλμό, θα ξεχάσεις τα πάντα που βρίσκονται κάτω από αυτόν. Τότε ο νους σου θα ακινητοποιηθεί, οι ασκήσεις σου θα καρποφορήσουν και θα προοδεύεις από μέρα σε μέρα.

Το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα των καμπανών και του φλάουτου, όπως έρχεται από τη δεξιά πλευρά, είναι ανώτεροι ήχοι και θα πρέπει να ακούγονται με ακόμα μεγαλύτερη προσοχή. Ίσος χρόνος πρέπει να αφιερώνεται εκτός από το “Σιμράν” και στην άσκηση της ακρόασης του Ηχητικού Ζωτικού Ρεύματος που θα σε ευλογήσει ακόμα περισσότερο με ανείπωτη ειρήνη και αρμονία. Πριν να καθίσεις σε διαλογισμό, μπορείς να απαγγέλλεις μια προσευχή ή έναν ιερό ύμνο με τη γλώσσα της σκέψης. Ό,τι προτιμάς.

Χαίρομαι που μαθαίνω πως αφιερώνεις τακτικά χρόνο στους ιερούς διαλογισμούς σου και απολαμβάνεις τις Εσωτερικές αποκαλύψεις του Ήλιου, τα Μάτια του Διδασκάλου και ακούς διάφορους μελωδικούς ήχους να έρχονται από τη δεξιά πλευρά, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Αυτές οι Εσωτερικές εμπειρίες θα πρέπει να αναπτύσσονται με μεγαλύτερη σταθερότητα και ακρίβεια. Όσο περισσότερο απορροφάσαι Εσωτερικά στο κέντρο του οφθαλμού, τόσο περισσότερη Θεία Χάρη θα σου δοθεί.

Εκτιμώ τη γεμάτη Αγάπη λατρεία σου προς την φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη και το ότι ευλογήθηκες με τη Θεία παρουσία στον ιερό χώρο του άσραμ, στο Βερμόντ. *Όλα είναι ιερά, εκεί όπου η αφοσίωση προσκυνάει τον Θεό.*

Είναι καλό που κάνεις σοβαρές προσπάθειες να κάθεσαι για ιερούς διαλογισμούς τις πρώτες πρωινές ώρες και αναπτύσσεις μια τακτικότητα στους διαλογισμούς, πρωί-βράδυ. Τέτοιο μεγαλειώδες πρόγραμμα σε συνδυασμό με την αυτο-

ενδοσκόπηση για το ξερίζωμα όλων των ατελειών και την αντικατάστασή τους από τις εξευγενιστικές αρετές ταχύτατα θα φέρουν και άλλα θετικά αποτελέσματα, με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Είναι πολύ καλό που σκοπεύεις να περάσεις λίγες μέρες στο Σαντ Μπάνι Άσραμ, κάτι που θα σε ευλογήσει με επιπλέον πνευματικό όφελος. Ένα ειδυλλιακό περιβάλλον είναι πολύ βοηθητικό, γιατί μπορείς να διαλογιστείς ανενόχλητος για περισσότερο χρόνο.

Δεν πρέπει να ακολουθείς τον ήχο νοητικά, για να ανακαλύψεις την πηγή του, δηλαδή από πού έρχεται. Αν το κάνεις αυτό, η προσοχή σου μοιράζεται. Αντ' αυτού, να κρατάς την προσοχή σου στο ύψος των ματιών, δίχως να εστιάζεις το βλέμμα και να είσαι πλήρως απορροφημένος στην ακρόαση του Ήχου που μοιάζει να προέρχεται από τη δεξιά πλευρά. Για παράδειγμα, όταν ακούς μια συμφωνική ορχήστρα στην τηλεόραση, ακούς την μουσική και παρόλο που τα μάτια σου είναι στην οθόνη, δε βλέπεις τους μουσικούς ή τα μουσικά όργανά τους.

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ

Σε παρακαλώ, κάνε κάθε προσπάθεια να υπερβείς τα πολλά λάθη, που ο ίδιος ανέφερες, κάτω από όλες τις στήλες με τις αποτυχίες του ημερολογίου. Η εξανθρώπιση προηγείται της πνευματικότητας. Γι' αυτό, μέχρις ότου γίνεις κύριος των πέντε αισθήσεων, δεν μπορεί να έχεις αξιόλογη πνευματική πρόοδο Εσωτερικά.

Τα επαναλαμβανόμενα λάθη στις διάφορες στήλες του ημερολογίου δείχνουν πως παραμένεις υπερβολικά απορροφημένος σε κοσμικές υποθέσεις, που θα πρέπει να μειωθούν, διατηρώντας τον εαυτό σου βυθισμένο στη Θεία Χάρη. Η σιωπή, η μοναχικότητα και η ηρεμία θα πρέπει να καλλιεργούνται, ζώντας μια ζωή γεμάτη πνευματική πειθαρχία, όπως

συνιστάται από τον Διδάσκαλο. Μπορείς να περιορίσεις τις περιττές συναναστροφές και ενασχολήσεις, όπως και τις ξέφρενες αναζητήσεις, διατηρώντας τον πνευματικό σου στόχο σε πρώτη προτεραιότητα. Μια καλά οργανωμένη ζωή αποδίδει πλούσια οφέλη.

Όσον αφορά τα σημεία που ανέφερες στο ημερολόγιο: ματαιοδοξία και έλλειψη ευγνωμοσύνης τρέφουν την περιφρόνηση και μπορούν να ταξινομηθούν στην κατηγορία της μη βίας. Το να ενδίδεις σε αρνητικές σκέψεις, λόγους και πράξεις ταξινομείται στο ημερολόγιο στη στήλη της "αγνότητας" στη σκέψη, στο λόγο ή στην πράξη.

Δυστυχώς ελάχιστοι, εάν υπάρχουν μερικοί, έχουν μια κάποια ιδέα για το τι πραγματικά σημαίνει "κρατώ το ημερολόγιο". Καθώς ο χρόνος περνά, οι εγγραφές τους γίνονται ένα απλό ζήτημα τυπικότητας και ο σκοπός και η σημασία της διατήρησης του ημερολογίου χάνεται. Μας ζητείται να κρατούμε το ημερολόγιο σε σκέψη, λόγο και πράξη. Πόσοι από εμάς το κάνουν πραγματικά; Η πλειοψηφία απλώς αντιδρούν με σκέψη, λόγο ή πράξη στο ερέθισμα της στιγμής, με άλλα λόγια ενστικτωδώς.

Η ουσία είναι ότι πρέπει να γίνουμε συνειδητά ενήμεροι κάθε σκέψης που περνά από το μυαλό. Πρέπει να ζυγιάζουμε τα λόγια μας, πριν να πούμε κάτι, και να μη μιλάμε άσκοπα, μόνο ως αντίδραση στην κατάσταση που καλούμαστε να αντιμετωπίσουμε. Εάν καταφέρουμε να κάνουμε κάποια πρόοδο στο τομέα αυτό, τότε θα έχουμε προχωρήσει πολύ στο δρόμο του αυτοελέγχου. Αυτό στην ουσία είναι η άσκηση της Ράτζα Γιόγκα. Μόνο όταν θα έχουμε προοδεύσει πολύ στη διαβίωση με τον τρόπο που μας ζητείται *(όπως υποδηλώνει η τήρηση του ημερολογίου),* θα έχουμε γίνει αρκετά κατάλληλοι για να αποκομίσουμε τους καρπούς των ασκήσεων στη Σούρατ Σαμπτ Γιόγκα.

ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Αντιλαμβάνομαι τις δυσκολίες σου να τηρήσεις τις διατροφικές οδηγίες λόγω υγείας.

Σε παρακαλώ, ανάτρεξε στο βιβλίο μαγειρικής “Cook Book” που διατίθεται στο τοπικό σάτσανγκ, όπου μπορείς να βρεις κάποιους πολύ χρήσιμους συνδυασμούς τροφών στο χορτοφαγικό μενού. Η τήρηση των διατροφικών κανόνων είναι απαραίτητη για να διαβείς το Ιερό Μονοπάτι. Σε διαβεβαιώνω πως η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σου.

Πρέπει να αποφεύγεις την υπερβολική ή περιττή λήψη τροφής. Πάντοτε να σηκώνεσαι από το τραπέζι με την αίσθηση πως θα μπορούσες να φας κι άλλο, παρά να νιώθεις παραφορτωμένο το στομάχι σου. Επίσης, είναι καλύτερο να διαλογίζεσαι με ελαφρύ στομάχι. Αυτό θα σε βοηθήσει να παραμένεις ξύπνιος και σε εγρήγορση και να κρατάς την προσοχή σου εστιασμένη Εσωτερικά στο Οφθαλμικό Κέντρο.

Χαίρομαι που ακολουθείς την φρουτοφαγία που είναι πολύ ωφέλιμη πνευματικά. Όσο πιο εκλεπτυσμένη η διατροφή, τόσο περισσότερη Εσωτερική δεκτικότητα θα αναπτυχθεί. Οι πειθαρχημένοι Γιόγκι επέλεγαν να γίνουν σταδιακά από χορτοφάγοι, φρουτοφάγοι. Μπορείς να το ακολουθείς αυτό όσο καλύτερα μπορείς, έχοντας υπόψη τη διατήρηση της φυσικής ρώμης του σώματός σου. Τέτοιο πρόγραμμα ίσως να είναι χρήσιμο για τους ερημίτες που δεν έχουν κοσμική εργασία, αλλά οι αγαπητοί που δουλεύουν σκληρά στην καθημερινότητά τους, κάνοντας πολλές χειρωνακτικές εργασίες με το σώμα, δεν πρέπει να υποβληθούν σε τέτοιες αυστηρές στερήσεις. Ωστόσο, εκτιμάται το σπάνιο όφελος που έλαβες και έχεις καλύτερους διαλογισμούς και βελτίωση στην αγνότητα και την Εσωτερική καθαρότητα. Μπορείς να ανατρέξεις στα βιβλία για την διατροφή που έχει γράψει η Κα. Donna Kelley, 1305 Palm Ave., Beaumont, California, που θα σου δώσει χρήσιμες πληροφορίες πάνω στο θέμα.

Πρέπει να είσαι προσεκτικός με την υγεία σου, δεδομένου

ότι είναι εξίσου σημαντικό να είσαι σε καλή φυσική κατάσταση και υγιής, για να εκπληρώνεις τις καθημερινές εγκόσμιες και πνευματικές υποχρεώσεις σου. Το υλικό σώμα δεν πρέπει να στερείται την επαρκή τροφή.

Η τήρηση αυστηρών διατροφικών οδηγιών, απέχοντας πάντα από κρέας, ψάρια, πουλερικά. αυγά γονιμοποιημένα ή μη, αλλά και οποιοδήποτε αλκοολούχο ποτό, είναι μια από τις απαραίτητες προϋποθέσεις. Πρέπει να ζητήσεις από τον αγαπητό σύζυγό σου να συνεργαστεί μαζί σου και να αναθρέψετε τον γιο σας με χορτοφαγική διατροφή, προς όφελος την πνευματικής του προόδου. Υπάρχουν κάποιοι πάρα πολύ χρήσιμοι συνδυασμοί τροφών στο χορτοφαγικό μενού που παρέχουν επαρκή θρεπτικά συστατικά.

Οι διατροφικές συνήθειες μπορούν να διορθωθούν με την προσεκτική διαβίωση. Μπορείτε να βελτιωθείτε με σταδιακή προσαρμογή και μετριοπάθεια. Το φυσικό σώμα δεν πρέπει να στερείται τη λογική ποσότητα θρεπτικής τροφής.

Η λεπτή και εύρωστη σωματική διάπλαση είναι κάτι θετικό. Μπορείς να κάνεις ελαφριές ασκήσεις για να βελτιώσεις τη φυσική σου κατάσταση. Πάντως η παγίδα του θαυμασμού από τους άλλους πρέπει να απορριφθεί προσεκτικά.

Η κατανάλωση τσαγιού ή καφέ δεν είναι κάτι καλό, εάν εσύ τα θεωρείς επιβλαβή για την υγεία σου. Θα πρέπει να αποφεύγονται. Μπορείς να διατηρήσεις το σώμα σε απόλυτη υγεία και νηφαλιότητα με απλούστατους συνδυασμούς τροφών, με φρούτα και χορτοφαγικό μενού. Η πρόνοια έχει πλάσει αυτό το υλικό σώμα με τέτοιο ευγενή τρόπο, που μπορεί με προσεκτικό σχεδιασμό να προσαρμόζεται σε οποιεσδήποτε συνθήκες. Εσύ δεν είσαι το σώμα αλλά ο ενοικιαστής του σπιτιού - του ναού του Θεού. Φρόντισε να είναι ασφαλές, ισχυρό και ακμαίο, για να υπηρετήσει τη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη Εσωτερικά με διαλογισμούς στο Νάαμ. Εκτός αυτού, δεν βοηθάνε σε τίποτα οι πολλές συζητήσεις με άλλους. Ασχολήσου με τη δουλειά σου και άσε τους άλλους αγαπητούς να επιδιώξουν τη δική τους λύτρωση. Η προσωπική αλλαγή είναι

που αποδίδει πολύ.

Οι ιερές φιλοδοξίες σου να ακολουθείς απλούς κανόνες διατροφής με χορτοφαγικό τρόπο διατροφής, διατηρώντας τη συνεχή γλυκιά ενθύμηση του Διδασκάλου, εκτιμώνται. Τέτοιες τάσεις συναντώνται σε λιγοστούς τυχερούς που επωφελούνται και με τις επιμελείς και ειλικρινείς τους προσπάθειες επιταχύνουν την πρόοδό τους.

Οι απόψεις που αναφέρεις σχετικά με το αλάτι, το γάλα, και την ωμοφαγία σε αντιδιαστολή με το μαγειρεμένο φαγητό, θα πρέπει καλύτερα να εξετασθούν με κάποιον διατροφολόγο, κατά προτίμηση την Κα. Donna Kelley. Είναι μια αντιπρόσωπος του Διδασκάλου και μπορεί να σε συμβουλέψει καλύτερα στους συνδυασμούς τροφίμων. Έχει γράψει ένα βιβλίο με τίτλο “Cook Book”, το οποίο μπορεί να είναι διαθέσιμο από τον Κο. Ρασσελ Πέρκινς στο Sant Bani Ashram. Πάντως, σε παρακαλώ, σημείωσε πως το γάλα δεν απαγορεύεται, αλλά εάν έχει προσθήκη γεύσης από πυτιά ή οτιδήποτε άλλο που είναι απαγορευμένο, τότε θα πρέπει να αποφεύγεται.

Δεν έχω αποθαρρύνει τους μαθητές που μου έχουν γράψει και αναφέρουν πως θεωρούν ότι η μακροβιοτική δίαιτα τους ταιριάζει. Πάντως, εγώ ποτέ δεν υποστηρίζω τα άκρα και η μακροβιοτική δίαιτα μου φαίνεται ακραία. Κάτι που είναι νέκταρ για ένα άτομο ίσως είναι δηλητήριο για κάποιο άλλο. Εξαρτάται από τις διαφορετικές ιδιοσυγκρασίες. Δε θα πρέπει κάποιος να επιβάλλει τις ιδέες του σε άλλους ανθρώπους.

ΝΟΥΣ

Οι περιπλανήσεις του μυαλού θα υποχωρήσουν, όταν αναπτύξεις τη συνήθεια του να κάνεις ένα πράγμα την κάθε φορά. Αυτό είναι το κλειδί για να αιχμαλωτίσεις τον περιπλανώμενο νου και να τον δεσμεύσεις με ένα πράγμα την φορά. Όσο γρηγορότερα το επιτύχεις, τόσο το καλύτερο. Ωστόσο, η Εσωτερική απορρόφηση στο Θείο Φως και το Ηχητικό Ρεύμα θα

επιταχύνουν τις προσπάθειές σου για γρήγορη απαλλαγή από τις τακτικές του νου.

Ο νους συνήθως απεχθάνεται την Εσωτερική ακινησία και τη σιωπή, αλλά πρέπει να αλυσοδεθεί με τρυφερή πειθώ και ακούγοντας το Ιερό Ηχητικό Ρεύμα. Όταν γευτεί την Εσωτερική θεία μακαριότητα, τότε την απολαμβάνει και μένει εστιασμένος Εσωτερικά δίχως καμιά δυσκολία.

Ο νους, σαν την φωτιά, είναι εξαιρετικός υπηρέτης μα κάκιστο αφεντικό. Διαθέτει μια εξαιρετική ιδιότητα που μπορεί να αξιοποιηθεί για πνευματικό όφελος. *Απολαμβάνει να τρέχει πάνω στα χνάρια των συνηθειών του.* Εάν κάνεις κάποιες πράξεις τακτικά και συγκεκριμένη ώρα κάθε μέρα, για κάποιες ημέρες συνεχόμενες, τότε θα διαπιστώσεις πως δημιουργείται μια συνήθεια και ο νους βρίσκει ικανοποίηση, κάνοντας αυτομάτως το ίδιο πράγμα. Έτσι, όταν ο νους κατευθύνεται προς τις πνευματικές ασκήσεις, κάνοντας ο μαθητής τους διαλογισμούς του στις προκαθορισμένες ώρες, με τακτικότητα για κάποιο διάστημα, θα δεις πως ο ίδιος ο νους που απεχθανόταν την Εσωστροφή, τώρα θα την επιδιώκει, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Οι θείες αποκαλύψεις που δίδονται από τον Διδάσκαλο είναι πολύ μαγευτικές και τον παγιδεύουν και έτσι, θα αφήσει κατά μέρος τα φαύλα χαρακτηριστικά και τις συνήθειές του.

Το ιερό Νάαμ είναι η δοκιμασμένη πανάκεια για να ξεπεραστούν τα προβλήματα που προκαλούνται από τον νου.

ΕΡΓΑΣΙΑ

Κάθε αφοσιωμένη εργασία είναι προσκύνημα. Θα πρέπει να αποδεχτείς οποιαδήποτε εργασία ταιριάζει με τα ταλέντα και τις προτιμήσεις σου. Αυτό θα σε ευλογήσει με μεγαλύτερη ειρήνη και αρμονία.

Γνωρίζω για τις εγκόσμιες υποθέσεις σου, για τις οποίες σε παρακαλώ, να ενεργείς προσεκτικά. Προσηλώσου στην

δουλειά σου και εργάσου με ζήλο. «Η εργασία είναι προσκύνημα» και ως εκ τούτου, κάθε έντιμη εργασία πρέπει να γίνεται δεκτή και να διεκπεραιώνεται με κάθε σοβαρότητα. Μπορείς να παραμείνεις εκεί, ειδικά όταν ιδρυθεί το κέντρο του Σάτσανγκ και θα μπορείς να βοηθήσεις τους ειλικρινείς αναζητητές που μοχθούν για πνευματική πρόοδο. Απλώς κάνε τα πάντα σαν μια ανιδιοτελή αφιέρωση στη φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σου.

Κάθε αφοσιωμένη εργασία είναι προσκύνημα. Μέγας είναι ο άνθρωπος και η Πρόνοια έχει ευλογήσει τους πάντες με απερίγραπτη ενέργεια και δύναμη, που εάν αξιοποιηθεί κατάλληλα, μπορεί να επιφέρει τα επιθυμητά αποτελέσματα. Απλώς μάθε να κάνεις ένα πράγμα κάθε φορά με αφοσίωση και έχοντας στον νου σου μόνο την εργασία που κάνεις. Συνήθως οι ακτίνες του ηλίου δεν καίνε, αλλά όταν οι ίδιες ακτίνες περάσουν μέσα από έναν φακό, τότε γίνονται τόσο ισχυρές, που καίνε οτιδήποτε βρεθεί εκεί. Ομοίως και η συγκεντρωμένη προσοχή θα σου δώσει τη δυνατότητα να προοδεύσεις σε κάθε τομέα της ζωής σου, συμπεριλαμβανομένου και του διαλογισμού. Σε διαβεβαιώνω πως η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σου σε όλες τις ευγενείς επιδιώξεις και τα εγχειρήματά σου.

Πρέπει να εργαστείς με ζήλο, για να κερδίζεις τα προς το ζην. Η εργασία είναι μεγαλειώδης γιατρειά για όλες τις αρρώστιες και τις μιζέριες που ταλάνισαν ποτέ την ανθρωπότητα. Η “εργασία είναι προσκύνημα” και ως εκ τούτου, κάθε τίμια εργασία πρέπει να τιμάται και να διεκπεραιώνεται με πνεύμα αφοσίωσης.

Πρέπει να αποδεχτείς οποιαδήποτε δουλειά σου προσφερθεί και να εργαστείς σε αυτήν επιμελώς. “Η εργασία είναι προσκύνημα” και είναι εξίσου σημαντικό να κερδίζεις τα προς το ζην με τον ιδρώτα του προσώπου σου, κάτι που θα επιταχύνει την πνευματική σου πρόοδο. Η Αγάπη και οι ευλογίες μου είναι πάντοτε μαζί σου.

ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ

Σχετικά με τους Χίπις: εκτιμώ τη συμπονετική στάση σου για τους αγαπητούς που παλεύουν σκληρά υπό την επήρεια κάποιας μυστηριώδους πλάνης, με την ελπίδα να ευλογηθούν με τη Θεία φώτιση. Είναι παράξενες οι Θείες μέθοδοι και πως εκτυλίσσονται, ώστε μετά από μεγάλο μόχθο και αναταραχή να οδηγείται κάποιος στον Ζωντανό Διδάσκαλο. Μπορείς εύκολα να φανταστείς την τύχη αυτών των φτωχών ψυχών που δεν μπορούν να αντιληφθούν τη φιλεύσπλαχνη προστασία της Διδασκάλου Δυνάμεως. Οπωσδήποτε, μερικοί τυχεροί από αυτούς θα οδηγηθούν στον Διδάσκαλο, την κατάλληλη στιγμή.

Ναρκωτικά, οπιούχα και παραισθησιογόνα δεν πρέπει να καταναλώνονται, γιατί αυτά δε θα επηρεάσουν μόνο την υγεία αρνητικά, αλλά θα είναι επιζήμια και στην πνευματική σου πρόοδο. Σε παρακαλώ, σταμάτα όλες τις ουσίες και μάθε να ζεις χωρίς τη χρήση τους. Το κάπνισμα είναι εξίσου βλαβερό και πρέπει να αποταθείς σε κάποιον ομοιοπαθητικό για το θέμα, για να σου χορηγήσει κάποιο χρήσιμο φάρμακο ώστε να ξεπεράσεις αυτή την άθλια συνήθεια. Δεν υπάρχει λόγος να υπομένεις ημικρανίες και πονοκεφάλους, γιατί αυτά μπορούν να θεραπευτούν με το να ζεις μια φυσιολογική ζωή, με άφθονη ανάπαυση, δίχως τη χρήση διεγερτικών. Είναι αποτέλεσμα του LSD που έχεις φτάσει σε αυτή την οπισθοδρόμηση και τώρα υποφέρεις με τόσο δυνατούς πόνους. Να ζεις φυσικά, να είσαι νηφάλιος, γαλήνιος, και με χαρμόσυνη δεκτικότητα στην πάντοτε παρούσα Διδάσκαλο Δύναμη που εργάζεται άνωθεν.

Φαίνεται πως ήταν οι παρενέργειες του LSD που έτυχε να παρατηρήσεις λαμπερό μπλε φως ή το προφίλ του φίλου σου να αλλάζει σε άλλα πρόσωπα, επειδή βλέπει κανείς διαφορετικά όταν βρίσκεται υπό την επήρεια ναρκωτικών ουσιών. Πρέπει να τα αποφεύγεις όλα αυτά, για να υπάρχει μια εκλεπτυσμένη κατάσταση στο νου που είναι τόσο απαραίτητη για την πνευματική πρόοδο Εσωτερικά.

ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑ

Μπορείς να διαβάσεις το φυλλάδιο «Επτά μονοπάτια προς την Τελειότητα» κάτω από την στήλη «Ανιδιοτελής Προσφορά», για πλήρη επεξήγηση της ευγενούς αυτής αρετής.

Είναι τόσο καλό που ευλογήθηκες να αναλάβεις τη Σέβα του Σάτσανγκ. Είναι ανταμοιβή από μόνη της το να συμβάλλεις στο Θείο Σχέδιο.

Χαίρομαι για τις ανιδιοτελείς υπηρεσίες σου σε άλλους. Η ανιδιοτελής υπηρεσία περιέχει μέσα της την επιβράβευσή της. Είμαστε όλοι αδέρφια εν Θεώ και σίγουρα χρωστάμε πολλά σε υποχρεώσεις μεταξύ μας. Εκείνοι που με Αγάπη υπηρετούν τους άλλους υπηρετούν τον Κύριο άνωθεν και κερδίζουν την ευαρέσκεια του Διδασκάλου.

Οι ανιδιοτελείς υπηρεσίες στην Ιερή Αποστολή του Διδασκάλου πρέπει να χρησιμεύουν ως φάρος για την Εσωτερική πρόοδο. Ωστόσο, δεν πρέπει να γίνονται πηγή περηφάνιας ή ψεύτικου “εγώ”, που σίγουρα είναι σκόπελοι και εμπόδια που μπορεί να σκοντάψει κανείς στο Μονοπάτι προς το Θείο.

Εκτιμώ τις γεμάτες Αγάπη ανιδιοτελείς προσπάθειές σου για τον Ιερό Σκοπό του Διδασκάλου, επιθυμώντας να τον υπηρετήσεις πιστά. Οι ανιδιοτελείς υπηρεσίες χωρίς καμιά αναγνώριση φέρνουν περισσότερη ανείπωτη ειρήνη και αρμονία, που υπερβαίνει κάθε ανθρώπινη κατανόηση.

ΓΕΝΙΚΑ

Είναι καλύτερα να αποφεύγεις να κοιτάζεις στα μάτια των άλλων και αυτό περιλαμβάνει και τα ζώα.

Καταλαβαίνω πως όταν λες παρουσία, εννοείς κατοικίδια, όπως γάτες και σκύλους στο δωμάτιο την ώρα που διαλογίζεσαι. Εάν εννοείς αυτό, δεν υπάρχει πρόβλημα, εφόσον δε σε ενοχλούν, εάν βρίσκονται εκεί την ώρα που διαλογίζεσαι.

Σε παρακαλώ, μη θρηνείς για την ανικανότητά σου να εί-

σαι πιο δεκτικός στη Θεία Χάρη. Αργά αλλά σταθερά κερδίζεται ο αγώνας. Πολύ-πολύ απαλά, τα ευωδιαστά λουλούδια γίνονται όμορφα κάτω από το Θείο Θέλημα. Τα βαθύτατα αισθήματα ευγνωμοσύνης και η συναρπαστική χαρά για τη φιλεύσπλαχνη προστασία θα σου ξεδιπλώσει πολλά κρυμμένα μυστήρια της ζωής, για να επωφεληθείς από αυτά. Μου είσαι τόσο πολύ αγαπητός και εύχομαι για εσένα περισσότερη πνευματική αλλά και γενικότερη πρόοδο.

Εκτιμώ τη γεμάτη Αγάπη αφοσίωσή σου και ότι εκλιπαρείς για το σπανιότατο δώρο της πίστης. Η πίστη αναπτύσσεται σε ειλικρινείς, αγνές και ταπεινές καρδιές. Μια ζωή γεμάτη από αφοσίωση και πλήρη αυτοπαράδοση έλκει τη Θεία Χάρη. Μη σκέπτεσαι το παρελθόν, να κοιτάζεις πάντα μπροστά, με προσδοκία για επιτυχημένους ιερούς διαλογισμούς. Κάθε ημέρα φέρνει νέες θεάσεις Θείας δόξας και θα μπορείς να επωφεληθείς από την πανταχού παρούσα φιλεύσπλαχνη προστασία της Διδασκάλου Δύναμης. Η καλή ψυχική ισορροπία θα σε ευλογήσει με ανείπωτη ειρήνη και αρμονία, για να αντιμετωπίσεις τις εγκόσμιες υποθέσεις από νέα σκοπιά και με ορθή κατανόηση.

Έχω προσέξει τη γεμάτη Αγάπη στάση σου απέναντι στον αγαπητό Χ. Κάθε φορά που νιώθεις να καταβάλλεσαι από σκέψεις που στερούνται Αγάπης προς οποιονδήποτε, πρέπει να καταφεύγεις αμέσως στο Σιμράν των φορτισμένων Ονομάτων και να σκέφτεσαι τον Διδάσκαλο. Θα πρέπει να αναπτύξεις στάση όπως αυτή του Χριστού.

Η βαθύτατη ευγνωμοσύνη σου που απολαμβάνεις συνεχώς την παρουσία της Διδασκάλου Δυνάμεως εκτιμάται. Εκείνοι που έχουν πίστη είναι υπάκουοι και πειθαρχημένοι και ευλογούνται με σπάνια δώρα συμπαντικής εμβέλειας. Θα ευλογηθείς με ακόμα περισσότερα εν ευθέτω χρόνω. Η έντονη επιθυμία για πνευματική πρόοδο σε συνδυασμό με σοβαρές προσπάθειες φέρνουν ριζικές αλλαγές στον τρόπο σκέψης του μαθητή και ολόκληρη η ζωή του υφίσταται μια αλλαγή προς το καλύτερο. Θα πρέπει να είσαι πιο σταθερός, ταπεινός και

ευγενής στις συνδιαλλαγές σου.

Δεν έχει σημασία αν το πρόγραμμά σου είναι περιορισμένο, γιατί η Εσωτερική σου αφοσίωση και ο όλος Αγάπη εξωτερικός τρόπος διαβίωσής σου θα σε κάνουν να ευλογηθείς με ανείπωτη ειρήνη και αρμονία. Δεν πρέπει να είσαι σκεπτικιστής για την Εσωτερική σου πρόοδο μιας και το να μετρηθεί η Εσωτερική ανάπτυξη είναι πολύ πέρα από τον ορίζοντα της ανθρώπινης κατανόησης. Η θεία Αγάπη του Διδασκάλου είναι ακριβώς όπως μια σπίθα φωτιάς, που μπορεί να μετατρέψει τα πάντα σε στάχτες με το χρόνο. Η βαθύτατη ευγνωμοσύνη σου που απολαμβάνεις τη φιλεύσπλαχνη προστασία σε όλες τις σφαίρες της ζωή σου εκτιμάται.

Οι δοκιμασίες και οι ταραχές της γήινης ζωής είναι απλώς περαστικές φάσεις και έτσι θα πρέπει να προσεγγίζονται με χαρά. Οι αποτυχίες και αδυναμίες στη συμπεριφορά σου θα πρέπει να ξεριζωθούν σταδιακά, καλλιεργώντας τις αντίθετες αρετές που εξευγενίζουν. Θα πρέπει να μάθεις να κάνεις τα πάντα στο όνομα του Διδασκάλου, που θα λειτουργήσει ως καταπραΰντικό βάλσαμο πάνω στην πληγωμένη καρδιά σου. Να είσαι ευγενικός, συμπονετικός και γενναιόδωρος στη συμπεριφορά σου με τους άλλους. Θα είσαι σε θέση να ανακαλύψεις την καλοσύνη μέσα στους πάντες γύρω σου και μια τέτοια αντίληψη θα γεμίσει την καρδιά σου με άφατη μακαριότητα και αρμονία.

Οι δοκιμασίες και οι ταλαιπωρίες της γήινης ζωής είναι απλώς περαστικές φάσεις και ως τέτοιες θα πρέπει να αντιμετωπίζονται αντίστοιχα. Το κολύμπι μαθαίνεται μέσα στο νερό. Μια καλά οργανωμένη και πειθαρχημένη ζωή που βασίζεται στις πνευματικές ηθικές αρχές αποφέρει τους σωστούς, πλούσιους καρπούς. Οι φιλοδοξίες σου να υπηρετήσεις την ανθρωπότητα υπό την προστατευτική καθοδήγηση του Διδασκάλου εκτιμώνται.

Όσον αφορά την κατάταξή σου στον στρατό, μπορείς να αποφασίσεις ανεξάρτητα και επί της ουσίας για το θέμα. Η τήρηση των αυστηρών διατροφικών οδηγιών στη στρατιωτι-

κή ζωή πιθανώς να μη σταθεί εμπόδιο. Η μη τήρηση θα ήταν καταστρεπτική για την πνευματική σου πρόοδο.

Έχω μελετήσει τα όμορφα ποιήματα και τους στίχους που συνέθεσες γεμάτος Αγάπη και θαυμασμό για την φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη. Εκτιμώ τις προσπάθειές σου πάνω σε αυτή τη βάση. Υπάρχουν αρκετές ωραίες Ωδές στον Διδάσκαλο, όπου επιχειρείς να Τον εγκωμιάσεις με σεβάσμια ταπεινότητα και βαθιά ευγνωμοσύνη. Είσαι τυχερός που έχεις προσωπική μαρτυρία για τις πάμπολλες, ανείπωτες και σπάνιες ευλογίες που απολαμβάνεις υπό την φιλεύσπλαχνη προστασία Του.

Οι ύμνοι ή τα τραγούδια που γράφτηκαν από τους Διδασκάλους από το ξεχείλισμα της καρδιάς τους φέρουν τον ανώτερο παλμό της ζωής σε εκείνους που τα ακούνε ή τα απαγγέλουν. Αυτά που τα έχουν συνθέσει άλλοι άνθρωποι, κουβαλούν οτιδήποτε έχουν αυτοί που τα συνέθεσαν. Τα πρώτα θα πρέπει να απαγγέλλονται στα Σάτσανγκ, ενώ τα τελευταία μπορούν να διαβάζονται σε τοπικά Σάτσανγκ από καιρό σε καιρό. Εάν υπάρξει ενδιαφέρον για αυτά, δεν υπάρχει αντίρρηση να τυπωθούν.

Οι ιερές φιλοδοξίες σου για πνευματική πρόοδο εκτιμώνται. Θα πρέπει να επωφεληθείς από αυτή την ιερή παρόρμηση με περισσότερη ταπεινότητα και αφοσίωση γεμάτη Αγάπη. Έχεις ευλογηθεί με τον «Άρτο και το Ύδωρ της Ζωής» στη μορφή του ιερού Νάαμ. Όσο περισσότερο μετέχεις σ' Αυτό, τόσο περισσότερη Θεία Χάρη και Αγάπη θα σου δοθούν. Πρέπει να προσπαθείς να αφομοιώσεις τη Θεία Αγάπη εξαλείφοντας τον προσωπικό σου εαυτό. Ο Διδάσκαλος είναι πάντοτε μαζί σου. Μου είσαι τόσο πολύ αγαπητός.

Χαίρομαι που απολαμβάνεις τους ιερούς διαλογισμούς σου στο ευλογημένο Sant Bani Ashram μαζί με άλλους αγαπητούς εκεί, με τη Χάρη του Διδασκάλου. Ένα ιδανικό περιβάλλον έχει τη δική του απαράμιλλη επίδραση, όπου μπορείς να απολαύσεις τη συγκλονιστική μακαριότητα της φορτισμένης ατμόσφαιρας και τη θεία ακτινοβολία που διαχέεται σε αφθονία.

Είναι θετικό το γεγονός ότι απολαμβάνεις την καλή παρέα των άλλων αγαπητών εκεί και μοιράζεστε τις δυσκολίες και τις χαρές μεταξύ σας. Ο Πατέρας είναι πάντοτε ευχαριστημένος να βλέπει τα παιδιά του ενωμένα για τον κοινό Ιερό Σκοπό του Διδασκάλου. Χαίρομαι που κάνεις το καλύτερο δυνατό, να βοηθήσεις στην Αποστολή του Διδασκάλου από το δικό σου επίπεδο κι αυτό το εκτιμώ.

Εκτιμώ την ορθή κατανόηση που έχεις αναπτύξει, έχοντας αφομοιώσει τον σπάνιο, γεμάτο Αγάπη ζωτικό παλμό του Διδασκάλου που μεταφέρθηκε από τα Μηνύματα που κυκλοφόρησαν φέτος. Είθε να προοδεύσετε όλοι σε αυτή την ορθή κατανόηση και να αποδειχτείτε άξιοι μαθητές του Διδασκάλου. Όσοι απολαμβάνουν να υπηρετούν τον Ιερό Σκοπό με πνεύμα αυταπάρνησης, μη εγωισμού και αφοσίωσης ανταμείβονται πλουσιοπάροχα στην πνευματική τους πρόοδο. Ο καθένας από εσάς έχει τεράστιο όγκο εργασίας να επιτελέσει και εάν είστε ειλικρινείς και αληθινοί προς τον ίδιο σας τον εαυτό και τον Διδάσκαλο Εσωτερικά, θα κερδίσετε άφθονα μερίσματα.

Η αμοιβαία εμπιστοσύνη και η ανοχή μεταξύ των αγαπητών ανοίγουν νέους ορίζοντες ορθής κατανόησης και εδραιώνουν τους απαραβίαστους δεσμούς αδελφοσύνης, λόγω της Ιερής Μύησης στα Μυστήρια του Υπερπέραν. Είθε να αναπτυχθείτε ολοένα και περισσότερο στην ορθή κατανόηση και να υπηρετήσετε τον Ιερό Σκοπό με ζήλο και ενθουσιασμό.

Η αυξανόμενη επίγνωσή σου είναι ένα χαρούμενο προοίμιο. Οι πνευματικά φωτισμένοι βλέπουν τα πάντα στην ορθή τους σκοπιά. Η παρούσα γήινη ζωή είναι ένα κεφάλαιο, ένα περιουσιακό στοιχείο και οι αγαπητοί εντοπίστηκαν, επιλέχθηκαν από τον Πατέρα μέσα από τις μάζες και ευλογήθηκαν με το σπάνιο δώρο της ιερής Μύησης στα Μυστήρια του Υπερπέραν. Το θετικό κάρμα συντελεί πολύ στο να εξασφαλιστεί η λύτρωση από τον κύκλο των γεννήσεων και των θανάτων. Ωστόσο, όταν κάνεις καλό κάρμα, πρέπει αυτό να γίνεται με πνεύμα αφοσίωσης για χάρη της Εσωτερικής πνευματικής σου προόδου.

Από μια πραγματικά ευγνώμονα καρδιά θα αναπτυχθούν όλες οι αρετές. Παρηγορήσου με τη διαβεβαίωση πως ο Διδάσκαλος είναι παντοτινά παρών, κοντά σου και θα είναι πάντοτε εκεί για να σε βοηθήσει, εάν πέσεις. Έχε Τον σε διαρκή ενθύμηση. Οι ευλογίες μου είναι μαζί σου.

Η διακαής επιθυμία σου να βοηθάς τους ανθρώπους εκτιμάται. Όταν το κερί είναι αναμμένο, δεν πρέπει να φυλάγεται κάτω από το μόδι, αλλά πρέπει να τοποθετείται ψηλά, σε περίοπτη θέση, σε σημείο όπου άλλοι να μπορούν να φωτιστούν. Μπορείς να συζητάς για τις ιερές διδασκαλίες των Διδασκάλων *(αλλά όχι τις Εσωτερικές εμπειρίες)* με τους φίλους και τους γνωστούς σου και να τους κατευθύνεις να ακολουθήσουν το Ιερό Μονοπάτι. Οι πνευματικά φωτισμένοι χρωστούν πολλά στους λιγότερο προικισμένους αδερφούς τους που μπορούνε να οδηγηθούν στον Ζωντανό Διδάσκαλο κάτω από το Θείο Θέλημά Του.

Στην αρχή, δεν υπήρχε λόγος ύπαρξης οποιασδήποτε οργάνωσης, αλλά η Αποστολή έλκει διαρκώς νέους αναζητητές της Αλήθειας, καθώς είναι πολύ φυσική και ενδιαφέρουσα. Επειδή εξακολουθούν να αυξάνονται σε αριθμό οι μαθητές στα διάφορα μέρη του κόσμου όπου η φυσική παρουσία του Διδασκάλου δεν είναι δυνατή, θεωρήθηκε απαραίτητο να δημιουργηθεί ένας οργανισμός και αυτό μετά από μακρά, γεμάτη Αγάπη συζήτηση μεταξύ των αγαπητών στην Ουάσιγκτον και το Σικάγο. Αποτέλεσμα αυτών των συζητήσεων ήταν η ίδρυση της παρούσας οργάνωσης. Κύριος σκοπός ύπαρξής της είναι το να διατηρηθούν οι διδασκαλίες του Διδασκάλου ζωντανές και να διαδοθούν. Για την επίτευξή αυτού του σκοπού η δημιουργία ενός είδους οργανισμού ήταν απαραίτητη. Το περίβλημα είναι απαραίτητο για την συντήρηση και την ασφάλεια του σπόρου.

Ο Μπάμπα Τζαϊμάλ Σινγκ, όπως αναφέρω στο βιβλίο που έγραψα για εκείνον, έφυγε από την Άγκρα για δυο κύριους λόγους: 1ον, ήταν ενάντια στην ίδρυση οποιουδήποτε είδους οργάνωσης, προφανώς υπό τον έλεγχο μη κατάλληλων χεριών.

Επιπλέον, γιατί δεν υπήρχε η ανάγκη για κάτι τέτοιο, μιας και ο αριθμός των μαθητών τότε ήταν μικρότερος. 2ον, γιατί δεν ήθελε να επιβάλλει εισφορές σε όλους ανεξαιρέτως τους μαθητές, πλούσιους ή φτωχούς.

Η παρούσα οργάνωση δεν είναι στρατιωτική και δεν υπάρχουν απόλυτοι ή δεσμευτικοί αστικού τύπου κανόνες, αλλά θα λειτουργεί υπό την καθοδήγηση του ζωντανού Διδασκάλου.

Δεν υπάρχει λόγος να ανησυχείς για τον αριθμό των μυημένων που είναι λίγοι στην ομάδα σας. Μπορείς να καταθέσεις αίτηση για ένταξη της πόλης σου στα κέντρα της Αποστολής *(ανεξάρτητα από τον αριθμό των μαθητών)* και να εργάζεσαι ολόψυχα με πνεύμα αφοσίωσης για τον Ιερό Σκοπό του Διδασκάλου. Οι έτοιμες ψυχές της περιοχής θα έρθουν για μύηση εν ευθέτω χρόνο, με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Εκτιμώ τη βαθιά ευγνωμοσύνη σου για τις πολλαπλές ευλογίες που απολαμβάνεις σε όλους τους τομείς της ζωής. Η προσευχή με την ευγνωμοσύνη είναι κοντινοί συγγενείς. Μια καρδιά γεμάτη ευγνωμοσύνη γίνεται η κατοικία όλων των αρετών.

Το θείο σχέδιο έχει δικούς του τέλειους τρόπους. Λειτουργεί με μαθηματική ακρίβεια. Τυχεροί είναι οι λιγοστοί εκλεκτοί που ευλογήθηκαν από τη Θεία Τάξη. Να συνεχίσεις τις ανιδιοτελείς προσπάθειές σου να βοηθάς τους αγαπητούς που παλεύουν ειλικρινά για πνευματική πρόοδο και θα επωφεληθούν από τη Χάρη της Διδασκάλου Δυνάμεως.

Η κάθε ημέρα είναι μια νέα ζωή, γεμάτη πολλές ευκαιρίες. Δεν πρέπει να τρέφεις κανενός είδους φοβίες αλλά αντί για αυτό, προσπάθησε να αξιοποιήσεις τις ικανότητές σου για να επιτύχεις το σκοπό της πνευματικής τελειότητας. Πάρε και αποδέξου τη ζωή με όλες τις αντιξοότητές της, με χαλαρούς όρους χαράς και ζωηρότητας. Απλώς αντιμετώπισε την κατάσταση γενναία, με νοητική ισορροπία και σταθερότητα. Το δέντρο της ζωής που μεγαλώνει μέσα στις καταιγίδες φέρνει περισσότερη δροσερή σκιά και πλουσιότερους καρπούς. Τα λάθη πρέπει να χρησιμοποιούνται ως σκαλοπάτια

προς την επιτυχία. Η επίμονη προσπάθεια υπερβαίνει όλες τις δυσκολίες.

Το πρόβλημά σου να επιθυμείς κάτι από τους άλλους ίσως να οφείλεται σε κάποια στάση του παρελθόντος που έγινε συνήθεια με τον καιρό, κάτι που θα πρέπει να διορθωθεί με προσοχή. Είναι μάλλον λάθος το να δέχεσαι οτιδήποτε από τους άλλους, όταν δεν το ανταποδίδεις. Ωστόσο, το να δέχεσαι δώρα από τους γονείς σου είναι εντάξει, αλλά πάλι θα πρέπει να τους ανταποδίδεις επαρκώς, μήπως και αυτά έχουν αποτέλεσμα τη δημιουργία Καρμικών χρεών.

Έχω ενημερωθεί για τα προβλήματά σου, για τα οποία συνιστάται να τραβήξεις μια χοντρή κουρτίνα πάνω στο παρελθόν και απλώς να ξεχάσεις τα πάντα για όσα έχουν παρέλθει, καθώς καμία μετάνοια ή δυσαρέσκεια δεν μπορεί να καταφέρει κάτι. Πρέπει να ξεκινήσεις ένα νέο τρόπο ζωής και οι Εντολές θα σε βοηθήσουν να προχωρήσεις σωματικά, νοητικά και πνευματικά με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Δεν υπάρχει τίποτα να φοβάσαι. Πρέπει να ξεχάσεις τα πάντα που συνέβησαν στο παρελθόν και να ξεκινήσεις από την αρχή. Απλώς μάθε να ζεις στο ζωντανό παρόν και κάνε την καλύτερη χρήση του χρόνου που έχεις στην διάθεσή σου. Οι πολύτιμες στιγμές της γήινης ζωής που αφιερώνονται σε διαλογισμό και σε ειλικρινή εργασία μετρούν πολύ για την Εσωτερική πνευματική πρόοδο.

Επίσης, συνιστάται, σε παρακαλώ, να ανατρέξεις στις διάφορες εγκυκλίους και τα μηνύματα που δίνονται από καιρό σε καιρό. Αυτά θα εμπλουτίσουν την πνευματική σου κατανόηση και πολλά πράγματα θα αποσαφηνιστούν για εσένα, με τη Χάρη του Διδασκάλου.

Η υπερβολική ομιλία σπαταλά την πνευματική ενέργεια. Πρέπει να προσπαθήσεις να ελέγξεις την ομιλία σου, καταφεύγοντας στο σιωπηλό Σιμράν των Ονομάτων. Θα καταφέρεις να ξεπεράσεις τις δυσκολίες και να βελτιωθείς με τον καιρό. Σκέψου διπλά πριν μιλήσεις. Σκέψου εάν αυτό που πας να πεις είναι αληθινό, αν είναι καλό και εάν είναι απαραίτητο

να ειπωθεί.

"Συγχώρεσε και *ξέχνα"* είναι το καλύτερο σύνθημα.

Έχω προσέξει τις σκέψεις σου για τους άλλους. Σε παρακαλώ, σημείωσε πως δεν είναι όλοι τέλειοι ακόμα. Κανείς δεν πρέπει να στέκεται μεταξύ εσένα και του Διδασκάλου. Συνιστάται να ανατρέξεις στο Γενέθλιο Μήνυμά μου που κυκλοφόρησε πρόσφατα και έχει αποσταλεί στον κο Khana, για να επιμεληθεί τη διάθεσή του σε όλους τους αγαπητούς εκεί. Η αίσθηση της στενής αδελφοσύνης μεταξύ των παιδιών του Πατέρα φέρνει μεγαλύτερη Εσωτερική χαρά και αγαλλίαση που είναι μεγαλειώδης και γαλήνια στην ουσία της. Όταν δυο ή και περισσότεροι λάτρεις του Διδασκάλου βρίσκονται συγκεντρωμένοι στο όνομά Του, θρέφουν την Εσωτερική Αγάπη, την αφοσίωση και την ταπεινότητα.

Δεν πρέπει να θρηνείς για την απώλεια της θείας παρουσίας της Διδασκάλου Δυνάμεως, αλλά προσπάθησε να σταθεροποιήσεις τη σκορπισμένη σου προσοχή, να συντονιστεί Εσωτερικά με το Ιερό Νάαμ. Η έντονη λαχτάρα της ψυχής σου και μια διακαής επιθυμία για να συναντήσεις τον Κύριο Εσωτερικά, επιφέρει το έλεός Του. Όταν η καρδιά αναβλύζει και τα δάκρυα κυλούν αθέλητα, τότε ξεπλένεται ένα μεγάλο μέρος από την Εσωτερική βρωμιά και σκουριά του νου.

Η περηφάνια πρέπει να αντικατασταθεί με έντονη αίσθηση αυταπάρνησης. Πρέπει να προσπαθήσεις σταδιακά να αυξήσεις το χρόνο του διαλογισμού σου, ώστε να φτάσεις στο στόχο των δυο ωρών καθημερινά, προς το γενικότερο όφελος της πνευματικής σου προόδου.

Είναι καιρός να αποχαιρετίσεις το σκεπτικισμό σου και να αφοσιωθείς στους ιερούς διαλογισμούς με μεγάλο ζήλο, βαθιά πίστη και ανανεωμένη σοβαρότητα, σύμφωνα με τις οδηγίες που σου δόθηκαν στην επιστολή μου της 31ης Ιανουαρίου.

Οι παρούσες δοκιμασίες και ταλαιπωρίες σου είναι μια περαστική φάση και σύντομα θα τις ξεπεράσεις με τη Χάρη του Διδασκάλου. Σταδιακά θα έχεις μεγαλύτερο έλεγχο των συναισθημάτων σου, όπως η ματαιοδοξία, η απληστία και η

λαγνεία και θα αναπτύξεις αντί για αυτά τις αρετές της ταπεινότητας, της ικανοποίησης, της αγνότητας και της Αγάπης. Θα εγκαταλείψεις την συνήθειά σου να κρίνεις τους άλλους και θα αρχίσεις να προσαρμόζεσαι στις αδυναμίες και τα ελαττώματά τους, είτε παραβλέποντάς τα ή προσφέροντάς τους εποικοδομητική βοήθεια. Με αυτή την προσαρμογή θα φέρεις ήλιο, φως και ευτυχία στον εαυτό σου όπως και σε όλους γύρω σου. Εάν σκέφτεσαι με ήρεμο και αβίαστο νου, θα συνειδητοποιήσεις πως οι περισσότεροι από εμάς δεν έχουμε γίνει ακόμα τέλειοι. Κανείς, λοιπόν, δεν πρέπει να στέκεται ανάμεσα σε εσένα και τον Διδάσκαλο. Μια αίσθηση στενής αδελφότητας μεταξύ των παιδιών του Πατέρα θα οδηγήσει σε εσωτερική χαρά και μακαριότητα, πολύ θεία και γαλήνια στην ουσία της. Όταν δυο λάτρεις του Διδασκάλου βρίσκονται μαζί στο όνομα Του, προωθούν την Εσωτερική, γεμάτη Αγάπη αφοσίωση και ταπεινότητα.

Η ανυπακοή του μαθητή στις ιερές εντολές επηρεάζει αρνητικά την Εσωτερική του πρόοδο. Η σιωπηρή απεριόριστη πίστη και η υπακοή έλκουν τη Θεία Χάρη.

Εάν δεν υπάρχει εναλλακτική λύση *(για τον εμβολιασμό του παιδιού)* και ο ιατρικός νόμος το επιτάσσει, να γίνει, εάν είναι απολύτως αναγκαίο για την προστασία της υγείας του. Νομίζω ότι υπάρχει κάτι αντίστοιχο στην Ομοιοπαθητική.

Η πίστη αναπτύσσεται σε ευγνώμονες καρδιές, γεμάτες με θεία μακαριότητα και αρμονία. Οποτεδήποτε νιώσεις κατάθλιψη, πρέπει να καταφύγεις στο μέτρημα των πάμπολλων ευλογιών που σου δόθηκαν από την φιλεύσπλαχνη Διδάσκαλο Δύναμη. Είναι μεγάλη ευλογία να γίνεις δεκτός, να μυηθείς στα Μυστήρια του Υπερπέραν, να ζήσεις τη γήινη ζωή σου με χαρά υπό την προστατευτική καθοδήγηση του Διδασκάλου και να εξασφαλίσεις την αιώνια μακαριότητα στο Υπερπέραν.

Οι επιστολές πρέπει να είναι σύντομες και πάνω στο θέμα στο οποίο χρειάζονται περαιτέρω διευκρινήσεις.

Η συγκέντρωση του βλέμματός σου μέσα στα μάτια των άλλων πρέπει να αποφεύγεται, για να μην επηρεάζεσαι από

την ακτινοβολία τους. Τα μάτια είναι τα παράθυρα της ψυχής. Σε βοηθά πολύ να παραμένεις μακριά από τις βλαβερές επιπτώσεις από τις ζωές των άλλων, ενώ μπορείς ανενόχλητος να συντονιστείς Εσωτερικά με το ιερό Νάαμ.

Ξέχνα το παρελθόν και μη σκέπτεσαι να το αναλύσεις, γιατί μπορεί να οδηγηθείς σε περιττές σκέψεις και ψευδαισθήσεις που φέρνουν νοσηρότητα και κατήφεια. Πάντοτε κοίτα εμπρός για το καλύτερο, που μπορείς να το καταφέρεις με ειλικρινείς και αληθινές προσπάθειες.

Δεν υπάρχει καμία αντίρρηση στο να χρησιμοποιείς κάποια από τα ρητά του Διδασκάλου στην πίσω πλευρά της επαγγελματικής σου κάρτας.

Είναι δύσκολο να διαβείς την ζωή, δίχως να περάσεις από διαδικασίες δοσοληψίας. Είναι ακριβώς αυτό το δούναι και λαβείν που πρέπει να επιλυθεί από την προσκυνήτρια ψυχή, γιατί αυτό είναι που μας φέρνει πίσω σε αυτόν τον κόσμο. Δεν γίνεται καμία ζημιά με το να δέχεσαι μικρά δωράκια από αυτούς με τους οποίους έρχεσαι καθημερινά σε επαφή στην δουλειά σου ή τους κοντινούς συγγενείς, αρκεί να έχεις ήδη προσφέρει ή να είσαι σε θέση να τους παρέχεις κάποια απευθείας υπηρεσία. Για παράδειγμα, ίσως ο εργοδότης σου δώσει κάτι ως ένδειξη της εκτίμησής του για τα Χριστούγεννα. Παρόμοια, μικρά δωράκια μπορούν να ανταλλάσσονται αυτή την εποχή που υπάρχει καλή διάθεση μεταξύ της οικογένειας. Ωστόσο, δεν είναι σοφό να δέχεσαι δώρα από γνωστούς, από τον επαγγελματικό κύκλο ή άλλους που είναι έξω από την σφαίρα της άμεσης επαφής και με τους οποίους δεν έχεις άμεσες δοσοληψίες.

Ο άνθρωπος έχει τόσο μπλεχθεί στο νου και τις εξωτερικές ασχολίες που η απελευθέρωσή του από αυτά μπορεί να γίνει μόνο με αγώνα και επιμονή. Η κατάστασή του είναι τέτοια, που μοιάζει κατά κάποιο τρόπο με ένα πουλί που έχει μείνει κλειδωμένο σε ένα κλουβί για πολλά χρόνια. Ακόμα και αν ανοίξεις την πόρτα του κλουβιού, το πουλί είναι απρόθυμο να πετάξει έξω. Αντ’ αυτού, θα πετά από την μια πλευρά του

κλουβιού στην άλλη, θα γαντζώνεται με τα νύχια του στα σίδερα του κλουβιού, μα δε θα επιθυμεί να βρεθεί ελεύθερο να πετάξει έξω από την ορθάνοιχτη πόρτα.

Παρόμοια, η ψυχή έχει τόσο συνδεθεί με το σώμα και τις εξωτερικές αισθήσεις, που κολλά στα εξωτερικά πράγματα και δε θέλει να τα εγκαταλείψει. Δε θέλει να πετάξει έξω από την πόρτα που ανοίχτηκε από τον Διδάσκαλο την ώρα της ιερής μύησης, στο κατώφλι της οποίας η Ακτινοβόλος μορφή του Διδασκάλου περιμένει υπομονετικά να υποδεχτεί τον μαθητή. Η αληθινή μαθητεία δεν ξεκινά, παρά μόνο όταν κάποιος υπερβεί τη σωματική του συνειδητότητα. Είναι από αυτό το σημείο που ο μαθητής θα νιώσει όχι μόνο ανακούφιση, αλλά θα αρχίσει να βιώνει τη χαρά και τη μακαριότητα που τον αναμένει στο Υπερπέραν. Θα έχει για σύντροφό του τη θελκτική Ακτινοβόλο μορφή του Διδασκάλου που θα είναι πάντοτε δίπλα του, να του παρέχει την καθοδήγηση που είναι τόσο απαραίτητη, ώστε να αποφευχθούν οι παγίδες στο δρόμο. Μέχρι να φτάσει σε αυτό το σημείο, ο μαθητής είναι τρόπον τινά υπό περιοριστικούς όρους, αλλά σε τέτοια δοκιμασία που δε θα γίνει αυστηρότερη. Είναι στην διάρκεια αυτής της δοκιμαστικής περιόδου που η ψυχή νοιώθει κάποια δυσφορία. Έχει καλυφθεί από τόση βρωμιά των αισθήσεων, που η καρδιά έχει χάσει την πρωταρχική της αγνότητα και δεν είναι σε θέση να μπορεί να ανυψωθεί έξω από την φυλακή του σώματος.

Αν και η πόρτα έχει ανοιχθεί, είναι τόσο προσκολλημένη σε πράγματα του εξωτερικού κόσμου, που δεν επιθυμεί να είναι ελεύθερη. Μόνο όταν η ψυχή σιγά-σιγά ανακτά την αρχική της καθαρότητα στην καρδιά και στο νου, είναι που μπορεί επιτέλους να επιθυμήσει την ελευθερία της από τις επιθυμίες της σάρκας και τις εξωτερικές προσκολλήσεις. Ο Διδάσκαλος, γεμάτος Αγάπη, προσπαθεί να αποτρέψει κάθε πιθανή δυσκολία για τον νεαρό μαθητή, εξηγώντας του τα πάθη και τα ελαττώματα που πρέπει να αποφεύγονται, καθώς και τις αρετές που πρέπει να αναπτυχθούν για να επανακτήσει την αρχική του αγνότητα.

Δυστυχώς, συνήθως τα λόγια του Διδασκάλου δεν αφομοιώνονται. Ελάχιστα ή και καθόλου μέτρα δεν λαμβάνονται από τον μαθητή για να αλλάξει τους τρόπους του. Συνεπώς, η Διδάσκαλος Δύναμη πρέπει να καταφύγει σε αυστηρότερες μεθόδους για να κάνει κατανοητή στον μαθητή τη σπουδαιότητα των αληθειών που του έχουν εξηγηθεί με τα λόγια. Έτσι ερμηνεύεται η δυσφορία που μερικές φορές βιώνουν οι αγαπητοί στην καθημερινότητά τους. Εάν υπήρχε απόλυτη υπακοή στις εντολές του Διδασκάλου, όλες οι δυσκολίες και τα βάσανα θα εξαφανίζονταν. Εάν ένα παιδί γίνει τόσο βρώμικο, που ο μόνος τρόπος για να το καθαρίσει η μάνα του είναι με την σκληρή βούρτσα, τότε θα μπορούσε να πει κανείς πως το παιδί δεν νιώθει ευχάριστα την ώρα που το τρίβουν. Το παιδί θα νιώσει όμορφα μόνο αφού έχει τελειώσει το τρίψιμο και λάμψει καθαρό και αγνό.

Πάντοτε παρέχεται βοήθεια και προστασία από τον Διδάσκαλο σε αυτούς που Τον ακολουθούν. Φροντίζει για την άνεσή τους με κάθε τρόπο, τόσο την εξωτερική όσο και την Εσωτερική. Ακόμα και στις συνέπειες των πράξεων του παρελθόντος γίνεται τόσο μεγάλη παραχώρηση, που η αγχόνη μπορεί να μετατραπεί σε ένα απλό τσίμπημα της βελόνης. Όπως η μάνα δίνει τα πάντα για το παιδί της, έτσι και ο Διδάσκαλος θυσιάζει τα πάντα χάρη των παιδιών Του. Στην πραγματικότητα, ο μαθητής ούτε καν φαντάζεται το τι κάνει ο Διδάσκαλος για χάρη του. Γεμίζει τους μαθητές του με τη δική Του σκέψη, με το δικό Του ζωτικό παλμό. Όταν Τον αναπολούμε, Αυτός μας θυμάται με όλη Του την καρδιά και τη ψυχή. Εκείνος δεν είναι το σώμα, είναι η Θεάνθρωπος Δύναμη. Είναι η προσωποποίηση του Λόγου, η ενσάρκωση του Λόγου. Για να λάβει το πλήρες όφελος της Διδασκάλου Δυνάμεως, ο μαθητής πρέπει να αναπτύξει δεκτικότητα. Όμως, είναι αδύνατον να αναπτυχθεί δεκτικότητα, αν δεν υπάρξει απόλυτη σιωπηρή υπακοή στις εντολές του Διδασκάλου. Όταν τηρείς τις εντολές του Διδασκάλου, τότε αυτό είναι ένα σημάδι πως μεγαλώνει η Αγάπη σου για Εκείνον και όσο πιο πολλή Αγάπη αναπτύσσεις

για Εκείνον, τόσο μεγαλύτερη δεκτικότητα θα αποκτήσεις.

Όταν αρχίσεις να αναπτύσσεις αυτή τη δεκτικότητα, όλη η δυσφορία θα εξαφανιστεί και πραγματικά, θα αρχίσεις να διαβαίνεις το Μονοπάτι με απόλυτη σιγουριά πως βρίσκεσαι στο σωστό δρόμο, στη γεμάτη Αγάπη συντροφιά Εκείνου που θα σου αποκαλύπτει ολοένα και περισσότερο το μεγαλείο και τη δύναμή Του, σε κάθε βήμα του δρόμου σου, μέχρι που θα ανακαλύψεις πως είναι ο ίδιος ο Θεός, ο Οδηγός και Μέντοράς σου που δεν θα σε εγκαταλείψει ποτέ, μέχρι να σε συνοδέψει με ασφάλεια πίσω στον αληθινό Οίκο του Πατρός.

Στη διάρκεια της πορείας, μια από τους κύριες εργασίες του Διδασκάλου είναι η εκκαθάριση της αποθήκης του κάρμα του μαθητή. Μόνο με τη συνειδητή επαφή με το Ηχητικό Ρεύμα καίγεται το κάρμα των παλαιών ζωών. Αυτή η διαδικασία ξεκινάει την ώρα της ιερής μύησης, όταν ο μαθητής λαμβάνει την επαφή με το Φως και την Ηχητική Αρχή ή τη Δύναμη του Θεού σε Ύπαρξη. Για να αποφευχθεί το άνοιγμα νέου λογαριασμού κακών πράξεων, ο μαθητής ενθαρρύνεται να ζει μια αγνή ζωή και να απομακρύνει, μέρα με την μέρα, όλες τις ατέλειές του με την αυτοενδοσκόπηση. Υπάρχει μια Θεία Αρχή πίσω από την τήρηση του ημερολόγιου, το οποίο ο μαθητής ζητείται να συμπληρώνει, για να συνειδητοποιήσει τις ελλείψεις που στέκονται εμπόδια στον δρόμο του για τον Θεό.

Το "εγώ" είναι το στοιχείο αυτοαναγνώρισης μέσα στον άνθρωποπου τον κάνει να νιώθει πως «Εγώ κάνω αυτό, εγώ κάνω εκείνο». Όταν όμως κάποιος ανεβεί πάνω από τη σωματική συνειδητότητα, γνωρίζει τον εαυτό του και γίνεται συνειδητός συνεργάτης του Θείου Σχεδίου. Τότε, βλέπει πως δεν είναι εκείνος ο πράττων, αλλά απλώς μια μαριονέτα στα χέρια του Θεού και τότε θα πάψει να είναι υπεύθυνος για τις πράξεις του και γίνεται "Τζίβαν Μούκτα", που σημαίνει μια "ελεύθερη ψυχή". Το "εγώ" στον άνθρωπο είναι μέρος της μεγάλης ψευδαίσθησης υπό το βάρος της οποίας εργάζεται. Θα σταματήσει να λειτουργεί ή η επιρροή του θα ακυρώνεται, μόνο όταν έχει επιτευχθεί από τον μαθητή μεγάλος βαθμός

αγνότητας, καθώς όλες του οι δράσεις θα αντανακλούν τον Διδάσκαλο μέσα του. Τότε ο μαθητής, όπως ο Ιησούς, θα διακηρύξει: «Εγώ και ο Πατέρας μου είμαστε Ένα».

Όλη η ομορφιά και η δόξα βρίσκονται μέσα σου. Μιας και έχεις μάθει να υπερβαίνεις τη σωματική σου συνειδητότητα, να την υπερβαίνεις και να ίπτασαι στο Υπερπέραν, θα επανακτήσεις τη γνώση των προηγούμενων ζωών σου. Ο Ανώτερος Εαυτός, η ψυχή ή ο Θεός, που είναι η Ελέγχουσα Δύναμη μέσα στο σώμα, βρίσκεται μέσα σου. Ο Διδάσκαλος βρίσκεται, επίσης, μέσα σου. Δεν έχεις παρά να εσωστρέψεις την προσοχή σου, για να ανακαλύψεις πως τα δυο είναι ένα και το αυτό. Ο κύριος βοηθητικός παράγοντας για να πραγματώσεις την Αλήθεια είναι η σιωπηλή υπακοή στις εντολές του Διδασκάλου. Είναι η αρμοδιότητα του Διδασκάλου να δίνει στα παιδιά Του αυτό που είναι για το πραγματικό όφελός τους.

Τα πάντα θα σου δοθούν εν ευθέτω χρόνω, εάν ακολουθείς τις εντολές Του και ζεις σύμφωνα με αυτά που Εκείνος λέει. Κάθε μέρα σου ανατίθενται εργασίες που αποσκοπούν στο να βοηθήσουν την πνευματική σου πρόοδο. Δυστυχώς, οι περισσότεροι άνθρωποι περιμένουν μια πολύ ιδιαίτερη υπηρεσία να τους δοθεί από τον ίδιο τον Διδάσκαλο προσωπικά, ώστε να τη δεχτούν ως εργασία που ανατέθηκε από τον Διδάσκαλο. Δεν διακρίνουν πως οι καθημερινές συναναστροφές και συμπεριφορές με τους άλλους στη δουλειά τους, οι ευθύνες που πρέπει να αναλάβουν στις άλλες εγκόσμιες καθημερινές υποχρεώσεις τους και το πόσο καλά τις διεκπεραιώνουν, είναι όλες εργασίες που έχουν δοθεί από τον Διδάσκαλο. Εάν παρακολουθήσεις προσεκτικά τις αντιδράσεις σου σε καταστάσεις που σε προκαλούν στην ζωή, δεν μπορείς παρά να διαπιστώσεις το πόσο πολύ έχεις προχωρήσει πνευματικά. Αυτό είναι το πιο σημαντικό κομμάτι της πνευματικότητας, σε ό,τι αφορά τον μαθητή. Εκείνος πρέπει πρώτα να ολοκληρώσει το μάθημά του στην εξανθρώπιση με την ανώτατη διάκριση, πριν να μπορέσει να αναλάβει να φέρει εις πέρας ανώτερες εργασίες.

Όλοι όσοι έχουν μυηθεί στα μυστήρια του Υπερπέραν από

έναν Ζωντανό Διδάσκαλο ήταν το πεπρωμένο τους να γίνουν μαθητές Του. Δεν είναι θέμα τού να διαλέξει κανείς το Μονοπάτι ή το Μονοπάτι να επιλέξει τον μαθητή, αλλά μάλλον είναι ζήτημα υπόβαθρου του μαθητή.

Είναι ορθός ο ισχυρισμός σου πως το Μονοπάτι των Διδασκάλων είναι μονοπάτι αγνής Μπάκτι (*αφοσίωσης*). Το μαργαριτάρι της θείας γνώσης μπορεί να διατηρηθεί ασφαλές στο κοχύλι της Μπάκτι, της γεμάτης με Αγάπη αφοσίωσης. Μπάκτι στην αγνή και πρωταρχική μορφή της σημαίνει Θεία Αγάπη.

Όμως κάποιος πρέπει να ασκήσει τις αρχές όλων των ειδών της Γιόγκα *(όχι όμως στον ακραίο βαθμό),* ώστε να αποκομίσει τους καρπούς αυτού του Μονοπατιού. Για παράδειγμα, η εξάσκηση στην Χάθα Γιόγκα είναι εγγενής στο Μονοπάτι και είναι η άσκηση του να ζούμε μια καθαρή αγνή ζωή σύμφωνα με τους νόμους της φύσης, τρώγοντας σάτβικ χορτοφαγικές τροφές, με το να φροντίζουμε το σώμα μας να ασκείται σε λογικά πλαίσια και να απέχουμε από όλων των ειδών τις επιβλαβείς συνήθειες ή πράξεις που θα επηρεάσουν τη φυσική υγεία μας. Παρόμοια, οι πρακτικές των Γκάνι Γιόγκα και Ράτζα Γιόγκα περιλαμβάνονται στο μηνιαίο ημερολόγιο αυτοενδοσκόπησης που σας ζητείται να συμπληρώνετε. Η τήρηση της μη βίας *(έλεγχος του θυμού),* της φιλαλήθειας και της αγνότητας είναι όλα ιδιότητες που πρέπει να αναπτυχθούν ως νοητικές συνήθειες του μυαλού και να γίνουν δεύτερη φύση, πριν ο νους εξαγνιστεί από την υπάρχουσα σκουριά και ακαθαρσία. Η ορθή πρακτική αυτών των εξευγενιστικών αρετών θα σου δώσει το πλήρες όφελος της Γκνάνι Γιόγκα, που είναι η Αυτογνωσία.

Η μορφή της Μπάκτι *(αφοσίωση)* που καλείσαι να αναπτυχθείς δεν έχει να κάνει με τα συναισθήματα. Σου ζητείται να αναπτύξεις Αγάπη και πίστη στον Διδάσκαλο και να υπακούς στις εντολές του. Εάν μπορείς να το κάνεις αυτό (και *σε καμία περίπτωση δεν είναι εύκολο να υπακούς στις εντολές του Διδασκάλου),* θα αποκτήσεις εκείνη την Μπάκτι που θα δώσει

στην ψυχή σου την ελευθερία της πολύ γρηγορότερα από ό,τι θα μπορούσε να σου προσφέρει η πιο αυστηρή και ακριβής τήρηση της Ράτζα ή Γκνάνι Γιόγκα.

Οδηγίες και τεχνική του Διαλογισμού στο Μονοπάτι του Σαντ Ματ ή Μονοπάτι των Τελείων Διδασκάλων

Ο διαλογισμός είναι μια διαδικασία αυτοσυγκέντρωσης, με την οποία ερχόμαστε σε επαφή με την Θεία Δύναμη μέσα μας.

Ο διαλογισμός μπορεί να ασκηθεί από ανθρώπους κάθε ηλικίας, θρησκείας και κουλτούρας. Όλες οι θρησκείες έχουν αναφορές σε αυτή την Δύναμη, που είναι το Θείο Φως και ο Θείος Ήχος που εκπηγάζει και ρέει από τον Δημιουργό. Ερχόμενοι σε επαφή με αυτή την θεία Δύναμη, μέσω της άσκησης του διαλογισμού, γεμίζουμε με ειρήνη, Αγάπη και μακαριότητα.

Για να διαλογιστούμε, χρειάζεται μόνο να καθίσουμε σε μια άνετη θέση, να κλείσουμε τα μάτια μας και να κοιτάξουμε μέσα μας (να *εσωστραφούμε).* Μέσω της συγκέντρωσης και της σιωπηρής επανάληψης του Ονόματος του Θεού να αποτρέψουμε το νου μας από το να μας αποσπά την προσοχή προς τον έξω κόσμο. Τότε μπορούμε να βιώσουμε το Εσωτερικό Φως και τον Ήχο και είναι τότε που θα δούμε πως δεν είμαστε απλά το σώμα και ο νους αλλά η ψυχή που υπάρχει πέρα από την ύπαρξη του υλικού σώματος.

Υπό την καθοδήγηση του Τελείου Διδασκάλου, οι πνευματικοί αναζητητές κάθε εποχής και κάθε κουλτούρας, από όλο τον κόσμο και όλες τις εποχές, διδάσκονται την μέθοδο του διαλογισμού του Σάντ Ματ. Αρχικά μαθαίνουν την προκαταρκτική μέθοδο, τον *“Τζιότι διαλογισμό” (διαλογισμός στο Εσωτερικό Φως)* που τους εξοικειώνει με την πρακτική

διαδικασία του διαλογισμού βοηθώντας τους να μάθουν να εστιάζουν την προσοχή τους. Αυτοί που επιθυμούν να πάνε παραπέρα, μυούνται από τον Τέλειο Διδάσκαλο και μαθαίνουν τον *"Σάμπτ διαλογισμό" (διαλογισμό στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο*).

Αφιερώνοντας καθημερινά χρόνο σε διαλογισμό, ερχόμαστε σε επαφή με τις πνευματικές περιοχές της Αγάπης, του Φωτός και της ειρήνης Εσωτερικά. Η Θεία Αγάπη είναι τόσο ολοκληρωτική και μεθυστική, που βιώνουμε απαράμιλλη χαρά, πολύ ανώτερη από οποιαδήποτε άλλη έχουμε νοιώσει από τις υλικές απολαύσεις αυτού του κόσμου.

Μπορούμε να μάθουμε να διαλογιζόμαστε, στο Θείο Φως και τον Θείο Ήχο ή Μουσική των Σφαιρών ακολουθώντας προσεκτικά τα πέντε πιο κάτω βήματα.

ΒΗΜΑ ΠΡΩΤΟ: Επιλέγοντας το κατάλληλο χώρο και χρόνο, για διαλογισμό.

Μπορούμε να διαλογιζόμαστε οποιαδήποτε ώρα και σε οποιοδήποτε χώρο επιθυμούμε. Αρχικά είναι καλύτερα να καθόμαστε σε ένα ήσυχο μέρος, δίχως θορύβους και μακριά από άλλες δραστηριότητες. Αργότερα, καθώς θα αναπτύσσεται η προσοχή μας, θα μπορούμε να διαλογιζόμαστε ακόμα και σε θορυβώδη περιβάλλοντα. Καθόμαστε σε διαλογισμό σε πλήρη εγρήγορση, για να μην αποκοιμηθούμε.

ΒΗΜΑ ΔΕΥΤΕΡΟ: Επιλέγοντας μια στάση.

Για να διαλογιστούμε, χρειάζεται πρώτα να ακινητοποιήσουμε το σώμα. Διαλέγουμε λοιπόν μια θέση που να μας είναι πολύ άνετη και στην οποά μπορούμε να καθίσουμε όσο το δυνατόν περισσότερη ώρα χωρίς να κουνιώμαστε. Θα πρέπει να καθόμαστε χαλαρά, δίχως να νοιώθουμε πίεση σε κανένα σημείο του σώματος. Δεν συνίσταται να ξαπλώνουμε γιατί αυτό βοηθά να αποκοιμηθούμε, εκτός αν έχουμε κάποια αναπηρία και δεν μπορούμε να σταθούμε καθιστοί.

ΒΗΜΑ ΤΡΙΤΟ: Συγκέντρωση.

Κλείνουμε τα μάτια μας πολύ μαλακά, ακριβώς όπως όταν πάμε για ύπνο και επικεντρώνουμε την προσοχή μας στο κέντρο από οτιδήποτε βρίσκεται εμπρός μας. Δεν βάζουμε την παραμικρή πίεση στο μέτωπο ή στα μάτια. Δεν είναι τα εξωτερικά μάτια αλλά το Εσωτερικό μάτι που βλέπει. Το βλέμμα μας πρέπει να είναι γεμάτο Αγάπη, τρυφερό και διαπεραστικό. Κοιτάζουμε κατ' ευθείαν μπροστά, διατηρώντας το βλέμμα μας στον ορίζοντα εμπρός μας, γύρω στις 20 με 25 εκ. Δεν στρέφουμε τους βολβούς των ματιών μας προς τα επάνω, γιατί αυτό θα δημιουργήσει πίεση στο μέτωπό μας και μπορεί να προκαλέσει ζέστη ή και πονοκέφαλο, διακόπτοντας έτσι την συγκέντρωσή μας.

ΒΗΜΑ ΤΕΤΑΡΤΟ: Σταματώντας τις σκέψεις μας.

Όταν κλείνουμε τα μάτια μας και εστιάζουμε την προσοχή μας μπροστά μας, ο νους θα διακόπτει τη συγκέντρωση της προσοχής μας στέλνοντας σκέψεις: Σκέψεις για προβλήματα, για τη δουλειά, την οικογένεια, για το παρελθόν, το παρόν ή το μέλλον.

Η ψυχή μας είναι ο πραγματικός μας εαυτός, είναι το κομμάτι μας που είναι ομοούσιο με τον Δημιουργό. Ο νους προσπαθεί να μας αποτρέψει από το να γνωρίσουμε την ψυχή και τον Θεό και έχει πολλούς τρόπους για να μας παρεμποδίζει. Για να βοηθηθούμε στη συγκέντρωση της προσοχής μας στον Τρίτο Οφθαλμό και για να ακινητοποιήσουμε τον νου, επαναλαμβάνουμε τα "Πέντε Φορτισμένα Ονόματα" που μας δόθηκαν την ώρα της μύησης. Εάν δεν έχετε μυηθεί, αντί για τα Πέντε Ονόματα μπορείτε να επαναλαμβάνετε οποιοδήποτε όνομα του Θεού με το οποίο νοιώθετε άνετα. Αυτό θα κρατήσει τον νου απασχολημένο και θα τον εμποδίσει από το να περιφέρεται. Να επαναλαμβάνουμε τα Ονόματα νοητικά, με την γλώσσα της σκέψης, ενώ κοιτάζουμε στο κέντρο από οτιδήποτε βρίσκεται μπροστά μας. Επαναλαμβάνουμε τα ονόματα αργά, με κενά και όχι σε γρήγορη

ακολουθία, ώστε η οπτική μας να μην ενοχλείται.

ΒΗΜΑ ΠΕΜΠΤΟ: Εστιάζοντας την προσοχή μας στο Εσωτερικό Φως και Ήχο.

Χρειάζεται να βιώσουμε το Φως μέσα μας. Η κατάστασή μας μπορεί να παρομοιαστεί με αυτό μιας φωτεινής λάμπας με τέσσερα ή πέντε καλύμματα πάνω της, που μας εμποδίζουν να δούμε το φως της λάμπας. Στο διαλογισμό, αφαιρούμε αυτά τα καλύμματα, ένα-ένα. Όταν αναληφθούμε πόση φωτεινότητα υπάρχει μέσα μας, θα θέλουμε να την βλέπουμε ολοένα και περισσότερο.

Υπάρχουν δυο πρακτικές διαλογισμού: Συγκέντρωση στο Εσωτερικό Φως και συγκέντρωση στον Εσωτερικό Ήχο. Στην πρώτη πρακτική, επαναλαμβάνουμε τα Πέντ Ονόματα που μας δόθηκαν από τον πνευματικό μας Διδάσκαλο την ώρα της Μύησης.

Δεν θα πρέπει να δίνουμε καμία σημασία στην αναπνοή μας, αυτή πρέπει να συνεχίζεται κανονικά, αυτόματα, ακριβώς όπως γίνεται συνήθως.

Η δουλειά μας είναι να καθίσουμε σιωπηλά και να κοιτάμε με Αγάπη στο σκοτάδι που βρίσκεται μπρος από τα κλειστά μας μάτια. Καθώς το κάνουμε αυτό, η προσοχή θα συγκεντρωθεί ανάμεσα και πίσω από τα φρύδια. Δεν χρειάζεται προσπάθεια. Οποιαδήποτε προσπάθεια, μόνο θα παρεμποδίσει την διαδικασία, γιατί σημαίνει πως η σκέψη μας έχει ενεργοποιηθεί. Θα πρέπει να συνεχίσουμε να επαναλαμβάνουμε τα Ονόματα και να κοιτάζουμε κατ' ευθείαν μπροστά μας. Καθώς συγκεντρωνόμαστε σε αυτό που βρίσκεται εμπρός μας, θα ξεπηδήσουν Φώτα. Μπορεί να δούμε φώτα οποιουδήποτε χρώματος, κόκκινα, μπλε, μοβ, πράσινα, κίτρινα, πορτοκαλί, χρυσά ή λευκά ή ταινίες ή και αστραπές φωτός. Πρέπει να συγκεντρωνόμαστε στο κέντρο από οτιδήποτε και αν βλέπουμε, και να εξακολουθούμε να επαναλαμβάνουμε τα Πέντε Ιερά Ονόματα.

Στη συνέχεια και εφόσον η προσοχή μας είναι απόλυτα

προσηλωμένη στον Τρίτο Οφθαλμό, θα δούμε διάφορες σωτερικές θέες, όπως άστρα, το φεγγάρι τον ήλιο ή μπορεί να έχουμε και άλλες εμπειρίες. Πρέπει να κοιτάζουμε στο κέντρο αυτού που βλέπουμε και το Φως και ο Ήχος του Θεού θα μας οδηγήσει πέρα από την υλική, στις Εσωτερικές περιοχές.

Η δεύτερη πρακτική του διαλογισμού αφορά την ακρόαση του εσωτερικού Ήχου. Εστιάζουμε την προσοχή μας στην έδρα της ψυχής και ακούμε το Εσωτερικό Ηχητικό Ρεύμα. Αυτός ο Ήχος είναι η Δύναμη του Θεού και αναφέρεται σε διάφορες γραφές ως ο Ιερός Λόγος, Νααμ ή Σάμπτ και με πολλά αλλά ονόματα. Το Ηχητικό Ρεύμα, έφερε σε ύπαρξη όλη την Δημιουργία. Η ψυχή μας είναι της ίδιας ουσίας με το Ηχητικό Ρεύμα και το Θεό και έλκεται από την θεία Μελωδία. Η ψυχή ταξιδεύει πάνω στο Ηχητικό Ρεύμα διαμέσου των Εσωτερικών πνευματικών περιοχών. Στην διάρκεια αυτής της άσκησης, τα Ονόματα δεν επαναλαμβάνονται.

Βοηθήματα στο διαλογισμό

Όπως συμβαίνει σε οποιαδήποτε άλλη νέα δραστηριότητα που μαθαίνουμε, χρειάζεται χρόνος για να αναπτυχθούν οι συνήθειες και η δύναμη που απαιτείται για να προχωρήσουμε στην καινούργια μας ενασχόληση. Το ίδιο ισχύει και στην τέχνη του διαλογισμού.

Στο διαλογισμό μαθαίνουμε να ακινητοποιούμε το σώμα, αποκοβόμαστε από τον κόσμο και ακινητοποιούμε τον νου. Αυτές είναι νέες ασκήσεις και χρειάζεται χρόνος για να αναπτυχθούν οι νέες συνήθειες.

Κάποια βοηθήματα στην τεχνική του διαλογισμού είναι:

- Προσπαθήστε να διαλογίζεστε την ίδια ώρα καθημερινά. Πριν να ξεκινήσετε την ημέρα σας νωρίς το πρωί και αφότου έχετε ξεκουραστεί, είναι το καλύτερο.

- Επιλέξτε ένα συγκεκριμένο σημείο να κάθεστε, και κάθε φορά που είναι να διαλογιστείτε καθίστε στο ίδιο μέρος. Κάντε το ένα ιερό μέρος, ένα τόπο προσευχής.
- Να διαλογίζεστε όταν είστε σε πλήρη εγρήγορση. Να μην διαλογίζεστε με γεμάτο το στομάχι, καθώς αυτό μπορεί να σας φέρει νύστα.
- Δημιουργήστε ατμόσφαιρα πνευματικότητας πριν να διαλογιστείτε, διαβάζοντας από τις γραφές, τραγουδώντας ένα πνευματικό τραγούδι, λέγοντας μια προσευχή ή ένα ποίημα. Προσπαθήστε να βάλετε τον εαυτό σας σε κατάσταση αφοσίωσης και προσμονής του Κυρίου.
- Καθίστε σε απόλυτη ταπεινότητα, γνωρίζοντας πως είναι στην θέληση του Κύριου να σας ευλογήσει με πνευματικές εμπειρίες.
- Αρχικά καθίστε για μικρή διάρκεια, αυξάνοντας σταδιακά τον χρόνο στο μισάωρο, μια ώρα και τελικά τις δύο ή περισσότερες ώρες.
- Η ηθική διαβίωση διασφαλίζει το κατάλληλο περιβάλλον και συνθήκες για το διαλογισμό.
- Ο νούμερο ένα βοηθητικός παράγοντας για να αναπτυχθεί κάποιος στις πνευματικές του ασκήσεις είναι η καθοδήγηση ενός ζωντανού πνευματικού Διδασκάλου, κάποιου που έχει ολοκληρώσει την διδασκαλία του διαλογισμού και είναι ικανός και αρμόδιος να δώσει καθοδήγηση σε όλη την διάρκεια του ταξιδιού.

Οφέλη του διαλογισμού

- Ο διαλογισμός μας βοηθά σωματικά, φέρνοντάς μας σε μια ήρεμη κατάσταση. Ενώ βρισκόμαστε πλήρως απορροφημένοι σε διαλογισμό, χάνουμε την αίσθηση οποιουδήποτε πόνου ή ενόχλησης στο σώμα. Βγαίνουμε από το διαλογισμό με ανανεωμένη την δύναμη και την ζωτικότητά μας. Πολλοί γιατροί και ειδικοί συνιστούν το διαλογισμό

για την θεραπεία διαταραχών που σχετίζονται με το στρες, όπως η καρδιακές και οι πνευμονολογικές παθήσεις, αναπνευστικές δυσκολίες, ημικρανίες και πονοκέφαλοι και προβλήματα του πεπτικού.

- Ο διαλογισμός βοηθά να ανταπεξερχόμαστε αποτελεσματικά σε πληθώρα νοητικών και συναισθηματικών προβλημάτων όπως το άγχος, οι φοβίες, η μοναξιά, η έλλειψη αυτοπεποίθησης και η κατάθλιψη. Όταν διαλογιζόμαστε, ερχόμαστε σε επαφή με την θεία δύναμη εσωτερικά, που εκδηλώνεται ως Φως Αγάπης. Προσεγγίζοντάς το, συνειδητοποιούμε πως δεν είμαστε μόνοι. Βιώνουμε άφταστη ευτυχία, ειρήνη και ευδαιμονία που δεν συναντάται στις δραστηριότητες του υλικού κόσμου. Καθώς μπαίνουμε στις εσωτερικές περιοχές, τα προβλήματά μας αρχίζουν να εξαφανίζονται. Η θεία μέθη που βιώνουμε στους διαλογισμούς παραμένει και αφού επανερχόμαστε στις εργασίες της καθημερινότητάς μας. Αντί να χρησιμοποιούμε το αλκοόλ και τα ναρκωτικά ως μέσα για να απαλύνουμε τον συναισθηματικό και νοητικό πόνο, ο διαλογισμός προσφέρει μια ασφαλή και μόνιμη λύση. Είναι ένα φάρμακο που το μεταφέρουμε μέσα μας και μπορούμε να καταφεύγουμε σε αυτό οποτεδήποτε χρειάζεται.

- Ο διαλογισμός μας προσφέρει μια νέα οπτική γωνία. Υπάρχει μια ιστορία από την ζωή του Ακμπάρ. Μια μέρα έθεσε ένα πρόβλημα στους αυλικούς του, για να δει ποιος θα έβρισκε την λύση. Τραβώντας μια γραμμή στην άμμο με ένα ξύλο, ρώτησε ποιος μπορούσε να την κοντύνει δίχως να αγγίξει κανένα μέρος της. Δεν μπορούσαν να το λύσουν και κοιτάζονταν μεταξύ τους. Αλλά ο λαμπρός Μπίρμπαλ έπιασε μια βέργα και ζωγράφισε μια γραμμή παράλληλη προς την πρώτη, που ήταν μακρύτερη από την αρχική, κάνοντάς την να φαίνεται κοντύτερη. Παρόμοια, ο διαλογισμός δεν εξαλείφει τα προβλήματα της ζωής

αλλά μας επιτρέπει να τα αντιμετωπίζουμε από την σωστή οπτική, δίχως να καταβαλλόμαστε από αυτά.

- Ο διαλογισμός βοηθά να αυξήσουμε την δύναμη της συγκέντρωσής μας και την αποδοτικότητά μας. Η ανάπτυξη της προσοχής μας, μας βοηθά να διαπρέψουμε σε πολλούς τομείς της ζωής, στην καριέρα, στις σπουδές, στα αθλήματα, στις δημιουργικές τέχνες, την επίλυση προβλημάτων κλπ. Ο διαλογισμός μας παρέχει πρόσβαση σε μια ανεξάντλητη πηγή σοφίας. Είναι σαν να αποκτάμε πρόσβαση σε έναν κεντρικό υπολογιστή όπου βρίσκεται αποθηκευμένη όλη η γνώση.

- Ο διαλογισμός μας βοηθά να ξεπεράσουμε τον φόβο του θανάτου. Μαθαίνουμε να διαχωρίζουμε την ψυχή μας από το σώμα και να εισέλθουμε στις Εσωτερικές Περιοχές. Μετά γνωρίζουμε πως οι πνευματικές περιοχές μας περιμένουν μετά τον θάνατο και καταλαβαίνουμε πως αυτός ο κόσμος δεν είναι παρά ένας προσωρινός τόπος διαμονής.

- Ο διαλογισμός μας βοηθά να αναπτυχθούμε πνευματικά. Η εξάσκησή του δημιουργεί μια σταδιακή διεύρυνση της συνειδητότητάς μας, γεμίζοντάς μας με Αγάπη και ειρήνη. Βιώνουμε τους εαυτούς μας ως ψυχές και συνειδητοποιούμε πως και οι άλλοι, όπως και εμείς, δεν είναι παρά ψυχές, μέρη του Θεού. Αρχίζουμε να αντιλαμβανόμαστε πως είμαστε όλοι μέλη μιας οικογένειας και αρχίζουμε να αναπτύσσουμε Αγάπη για όλους. Αυτή η Αγάπη αφυπνίζει την ανάγκη να βοηθάμε τους πάντες και αρχίζουμε να φροντίζουμε όλους τους ζωντανούς οργανισμούς και το περιβάλλον. Γινόμαστε μη-βίαιοι γιατί δεν θέλουμε να βλέπουμε κανέναν να υποφέρει, γινόμαστε ειρηνικοί και επιδιώκουμε να ζούμε σε αρμονία με όλη την δημιουργία.

- Ο διαλογισμός συνεισφέρει στην εξωτερική ειρήνη του

κόσμου. Όταν αναπτύσσουμε εσωτερική ειρήνη, αυτή ακτινοβολείται σε όλους όσους έρχονται σε επαφή μαζί μας. Το άρωμα της Αγάπης και της ειρήνης σκορπίζεται στις οικογένειες και τους φίλους, τις κοινότητες, τις χώρες μας και τον κόσμο. Η προσωπική μας μεταμόρφωση συνεισφέρει στο να επέλθει μια χρυσή εποχή ειρήνης και χαράς στην γη.

Για τη Sawan Kirpal Ruhani Mission: Επιστήμη της Πνευματικότητας

Η Sawan Kirpal Ruhani Mission -Επιστήμη της Πνευματικότητας- είναι ένας αφιλοκερδής οργανισμός αφιερωμένος στο να μεταδίδει στους αναζητητές της αλήθειας τα διδάγματα του Sant Rajinder Singh Ji Maharaj, του Sant Darshan Singh Ji Maharaj, του Sant Kirpal Singh Ji Maharaj, του Hazur Baba Sawan Singh Ji Maharaj και των Διδασκάλων που προηγήθηκαν. Οι αναζητητές διδάσκονται την επιστήμη του διαλογισμού με την οποία έχουν την εμπειρία του εσωτερικού Φωτός και Ήχου, υψώνονται πάνω από τη σωματική συνειδητότητα, υπερβαίνουν τις ανώτερες πνευματικές περιοχές και, τελικά, αποκτούν την Αυτογνωσία και τη Θεογνωσία. Η Επιστήμη της Πνευματικότητας, που τα κεντρικά της γραφεία είναι στο Kirpal Ashram στο Δελχί της Ινδίας, έχει1600 κέντρα σε πάνω από σαράντα χώρες. Οι αναζητητές και οι σπουδαστές μπορούν να επισκεφθούν τον Sant Rajinder Singh Ji Maharaj στο Kirpal Ashram για καθοδήγηση στο διαλογισμό, για μύηση και για να ακούσουν τις ομιλίες του, ή μπορούν να τον συναντήσουν στις συχνές περιοδείες του σε όλο τον κόσμο. Υπάρχουν, επίσης, βιβλία, περιοδικά και άλλα έγγραφα μεταφρασμένα σε περισσότερες από πενήντα γλώσσες, καθώς και κασέτες και βιντεοκασέτες πάνω στην πνευματικότητα.



ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
http://www.sos.org/el



Hazur Baba Sawan Singh Ji Maharaj (1858-1948): Έκανε τη Surat Shabd Yoga, που ήταν εφικτή για λίγους, να γίνει προσιτή σε όλη την ανθρωπότητα. Προφήτεψε ένα μεγάλο πνευματικό ξύπνημα.



Sant Kirpal Singh Ji Maharaj (1894-1974): Παρουσίασε τα διδάγματα των Διδασκάλων σαν μια τέλεια επιστήμη. Με τρεις περιοδείες σε όλο τον κόσμο και βιβλία που καλύπτουν ολόκληρο τον τομέα της πνευματικότητας, έφερε το μήνυμα της ελπίδας σε κάθε γωνιά της γης. Το 1974, όταν άρχισε το πρώτο Συνέδριο για την Ενότητα του Ανθρώπου, είπε πως η χρυσή εποχή της πνευματικότητας έχει ανατείλει.



Sant Darshan Singh Ji Maharaj (1921-1989): Στη δεκαπεντάχρονη αποστολή του, εγκαθίδρυσε τη Sawan Kirpal Ruhani Mission - Επιστήμη της Πνευματικότητας με 50 κέντρα σε πάνω από σαράντα χώρες και βιβλία που έχουν εξηγηθεί σε περισσότερες από πενήντα γλώσσες. Ήταν ένας φημισμένος μύστης ποιητής και πήρε δύο Βραβεία της Ουρδικής Ακαδημίας για τα ποιήματά του.
Εξήγησε την πνευματικότητα σαν ένα μονοπάτι «θετικού μυστικισμού», στο οποίο επιδιώκοντας κανείς τον πνευματικό του στόχο, ενώ εκτελεί τις εγκόσμιός του υπευθυνότητες, συμβάλλει θετικά στην κοινωνία του και γενικά στον κόσμο. Προτού να αφήσει το γήινο επίπεδο, στις 30 Μαΐου **1989,** ο Sant Darshan Singh Ji εμπιστεύθηκε την πνευματική του εργασία στον Sant Rajinder Singh Ji.



Sant Rajinder Singh Ji Maharaj (1946-): Συγκάλεσε το Πρώτο Διεθνές Συνέδριο για την Ολοκλήρωση του Ανθρώπου και το Πρώτο Παγκόσμιο Συνέδριο για το Μυστικισμό, τα οποία συνεχίζει να κάνει κάθε χρόνο. Έλαβε πολλές τιμές και επαίνους για την εργασία του για την επίτευξη της εσωτερικής και εξωτερικής ειρήνης μέσω του διαλογισμού.

ΑΠΟΣΠΑΣΜΑΤΑ ΕΠΙΣΤΟΛΩΝ

του ***Σαντ Κιρπάλ Σινγκ***

σε μαθητές του στις ΗΠΑ

Αφιερώνοντας καθημερινά χρόνο σε διαλογισμό, ερχόμαστε σε επαφή με τις πνευματικές περιοχές της Αγάπης, του Φωτός και της Ειρήνης Εσωτερικά.

Η Θεία Αγάπη είναι τόσο ολοκληρωτική και μεθυστική, που βιώνουμε απαράμιλλη χαρά, πολύ ανώτερη από οποιαδήποτε άλλη έχουμε νοιώσει από τις υλικές απολαύσεις αυτού του κόσμου.